



5月のきゅうしよくこんだて



認定こども園 長岡みのり幼稚園

2024.5

日にち	曜日	献立名	主な材料	栄養価	1.2歳児 午前のおやつ	延長児の 午後のおやつ
				エネルギー たんぱく質 食塩相当量		
5月1日	水	五目にゆう麺・じゃがじゃこサラダ・バナナ	ソフト麺・豚肉・人参・大根・ねぎ・油揚げ・ほうれん草・かまぼこ/じゃが芋・ちりめんじゃこ・人参・きゅうり・ノンエッグマヨネーズ/バナナ	431kcal 16.7g 3.0g	星たべよ	おにぎり
5月2日	木	ごはん・アスパラと厚揚げのみそ汁・かぶと型ハンバーグ・干草和え・こどもの日デザート	米/アスパラ・生揚げ・玉ねぎ/鶏肉・玉ねぎ/ほうれん草・もやし・人参・油揚げ/ゼリー	406kcal 13.2g 1.7g	オレンジ	豆腐 パンケーキ
5月7日	火	筍ごはん・かまぼこのすまし汁・野菜いろいろ肉団子・小松菜の胡麻酢あえ・カットゼリーみかん	米・たけのこ・人参・油揚げ/かまぼこ・えのきたけ・ほうれん草/野菜肉団子/人参・小松菜・もやし・ごま/みかんゼリー	402kcal 13.0g 2.0g	バナナ	ほろほろ焼き ぱかうけ
5月8日	水	アップルパン・ポークビーンズ・コールスローサラダ・ヨーグルト	アップルパン/大豆・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・マッシュルーム・さやいんげん・ケチャップ・トマトジュース/キャベツ・とうもろこし・人参・きゅうり・ハム・ノンエッグマヨネーズ/ヨーグルト	474kcal 19.9g 1.8g	おやつ ソーセージ	おにぎり
5月9日	木	ごはん・じゃがいもと小松菜のみそ汁・鮭の照り焼き・和風ドレッシングサラダ・バナナ	米/じゃがいも・小松菜・豆腐/さけ/きゅうり・キャベツ・人参・ハム/バナナ	372kcal 17.4g 2.1g	ひこうき ビスケット	フライドポテト
5月10日	金	豚みそ丼・豆腐ときのこのスープ・わかめときゅうりの酢の物	米・豚肉・人参・たけのこ・白菜・玉ねぎ・さやえんどう/豆腐・ベーコン・しめじ・えのきたけ/わかめ・きゅうり・みかん缶	406kcal 16.4g 2.2g	ミルク牛 乳	蒸しパン (枝豆ベーコン)
5月13日	月	ごはん・水菜ともやしのスープ・タラの味噌マヨ焼き・生姜和え・チーズ	米/水菜・もやし・玉ねぎ・人参・ベーコン/タラ・ノンエッグマヨネーズ/パセリ/キャベツ・小松菜・人参・ハム・生姜/チーズ	378kcal 16.7g 2.2g	黄桃缶	かつぱ えびせん
5月14日	火	ごはん・たけのこの中華スープ・春巻き・キャベツのおかか和え・オレンジ	米/玉ねぎ・春雨・しいたけ・たけのこ/春巻き/キャベツ・小松菜・ハム・かつお節/オレンジ	423kcal 8.2g 1.3g	ソフトサラダ	ミニ肉まん
5月15日	水	トマトきのこスパゲッティ・ポテトのさっぱりサラダ・フルーツミックスゼリー	ソフト麺・シーチキン・玉ねぎ・人参・しめじ・マッシュルーム・エリンギ・トマト缶・トマトピューレ・ケチャップ/じゃが芋・きゅうり・人参・とうもろこし・ハム/マスカットゼリー・みかん缶・パイナップル缶・白桃缶	450kcal 12.8g 2.2g	ジャム ヨーグルト	おにぎり
5月16日	木	ごはん・絹さやと生揚げのみそ汁・鶏肉のマーマレード焼き・磯香和え・バナナ	米/生揚げ・さやえんどう・玉ねぎ/鶏肉・マーマレード/ほうれん草・もやし・人参・かまぼこ・のり・しらす/バナナ	382kcal 19.8g 2.5g	ハッピーターン ミニ	ホットケーキ
5月17日	金	ガバオライス・豆腐の中華スープ・ももヨーグルト	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・赤ピーマン・パプリカ・カレー粉/豆腐・にら・玉ねぎ・人参・しいたけ/ヨーグルト・黄桃缶・白桃缶	426kcal 16.7g 0.7g	オレンジ	きなこマカロニ
5月20日	月	焼き豚チャーハン・春雨スープ・きゅうりと人参のナムル・オレンジ	米・ねぎ・焼き豚・人参・なると・ピーマン・しいたけ/春雨・ほうれん草・玉ねぎ・ミートボール/人参・きゅうり・もやし/オレンジ	363kcal 11.8g 1.9g	豆乳クッキー	ふラスク
5月21日	火	デニッシュロール・チリコンカーン・パインサラダ・牛乳	デニッシュロール/玉ねぎ・人参・豚ひき肉・大豆・じゃがいも・カレーパウダー・カレー粉・トマトジュース・ケチャップ/キャベツ・きゅうり・人参・パイナップル缶/牛乳	490kcal 15.2g 1.8g	ポテコ	おにぎり
5月22日	水	ごはん・小松菜と油揚げのみそ汁・鮭のごまフライ・なめたけ和え・バナナ	米/小松菜・玉ねぎ・油揚げ/さけ/ほうれん草・もやし・人参・えのきたけ/バナナ	416kcal 18.2g 2.2g	パイン缶	野菜の子ぢみ
5月23日	木	ごはん・かきたま汁・豆腐つくね・キャベツときゅうりの塩昆布和え・オレンジ	米/卵・玉ねぎ・小松菜・えのきたけ/豚ひき肉・豆腐・人参・れんこん・ねぎ/キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布/オレンジ	367kcal 15.4g 1.8g	ぱりんこ	蒸しパン (いちごジャム)
5月24日 親子遠足	金	とりそぼろ丼・かぶのスープ・アップルフレッシュゼリー(めばえ・ひかり給食あり)	米・鶏ひき肉・人参・さやいんげん・玉ねぎ/もやし・かぶ・ベーコン/アップルゼリー	422kcal 13.9g 1.4g	バナナ	たべっこ ベイビー
5月27日	月	ふりかけごはん・豆腐の中華煮・海苔酢和え・バナナ	米・ふりかけ/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・しいたけ・オイスターソース/ほうれん草・もやし・シーチキン/のり/バナナ	372kcal 17.0g 1.7g	白桃缶	サッポロポテト
5月28日	火	野菜味噌ラーメン・ブロッコリーのおかかマヨ和え・フルーツポンチ	中華麺・豚ひき肉・ねぎ・人参・もやし・キャベツ・にら・とうもろこし/ブロッコリー・人参・とうもろこし・かつお節/白桃缶・みかん缶・バナナ	479kcal 17.2g 2.0g	ぼたぼた焼き	おにぎり
5月29日	水	ごはん・ほうれん草と油揚げのみそ汁・鶏肉のパーベキューソース・小松菜のしらす和え・オレンジ	米/ほうれん草・油揚げ・玉ねぎ/鶏肉・ケチャップ・ソース/小松菜・人参・もやし・しらす/オレンジ	352kcal 20.2g 2.2g	ほろほろ焼き	桃のケーキ
5月30日	木	ごはん・はんぺんのすまし汁・カレーの香味煮・枝豆サラダ・スポロン	米/はんぺん・わかめ・えのきたけ・にんじん/かきい・しょうが・ごま/枝豆・キャベツ・きゅうり・人参/スポロン	406kcal 18.8g 1.9g	バナナ	焼きじゃが
5月31日 誕生会	金	ポークカレー・小松菜のスープ・切干大根のマヨサラダ・手作りデザート	米・じゃが芋・人参・玉ねぎ・豚肉・カレーパウダー/トマトピューレ/小松菜・玉ねぎ・とうもろこし/切干大根・人参・きゅうり・シーチキン・ノンエッグマヨネーズ/ゼリーの素・白桃缶・黄桃缶・みかん缶・ホイップ	488kcal 15.6g 2.6g	まめびよ ココア	ポテコ