

2020年5月



給食献立表



とみやまこども園

	午前のおやつ	給食	午後のおやつ
1 (金)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	アラスカごはん(白飯、アラスカ、塩、昆布だし) ----- さわらのお茶入り天ぷら(さわら、塩、小麦粉、茶葉、油) ----- 彩野菜のごまあえ(人参、青菜、キャベツ、もやし、コーン、ごま、醤油) ----- 豆腐のすまし汁(豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、ねぎ、醤油、塩、和風だし) ----- トマト ----- 果物(甘夏)	牛乳 ★カルピスサワーケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖、カルピス、ヨーグルト、 バター、卵、マーマレードジャム)
2 (土)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり 牛乳	サンドイッチ ----- 果物(バナナ) ----- 牛乳	牛乳 お菓子
7 21 (木)	*ひよこ・あか ★ふかし芋 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 ----- 高野豆腐の卵とじ(豚肉、卵、高野豆腐、じゃが芋、人参、玉ねぎ、干しいたけ、 グリーンピース、油、砂糖、醤油、和風だし) ----- 切干し大根の酢の物(切干大根、ひじき、人参、コーン、ごま、酢、塩、醤油、砂糖、和風だし) ----- 果物(グレープフルーツ)	牛乳 ★豆乳もち (豆乳、片栗粉、砂糖、きな粉、塩)
8 22 (金)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 ----- 魚のかば焼き(さんま、片栗粉、油、砂糖、醤油、みりん) ----- 野菜とわかめの酢の物(人参、青菜、キャベツ、わかめ、砂糖、酢、醤油) ----- 納豆(納豆、ちりめんじゃこ、ねぎ、もみのり、醤油)	牛乳 ★五目おにぎり (白飯、油揚げ、人参、ひじき、油、 和風だし、醤油、砂糖、塩)
9 23 (土)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり 牛乳	焼きビーフン(豚肉、ビーフン、人参、キャベツ、玉ねぎ、もやし、きくらげ、にら、油、醤油、 オイスターソース、鶏ガラだし) ----- じゃが芋の中華スープ(じゃが芋、しめじ、青菜、ごま油、醤油、塩、鶏ガラだし) ----- 果物(お楽しみ)	牛乳 お菓子
11 25 (月)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり ミルク	白飯 ----- 豚肉と厚揚げの味噌炒め(豚肉、厚揚げ、人参、キャベツ、玉ねぎ、きくらげ、 青菜、油、砂糖、赤みそ、醤油、片栗粉) ----- 粉ふき芋(じゃが芋、塩) ----- 果物(オレンジ)	牛乳 ★ごまじゃこスコーン (小麦粉、ベーキングパウダー、 バター、牛乳、砂糖、ごま、 ちりめんじゃこ、青のり)
12 26 (火)	*ひよこ・あか バナナ 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 ----- 魚の生姜煮(さごし、砂糖、生姜、醤油) ----- 五目炒め(人参、キャベツ、もやし、コーン、青菜、塩、ごま油) ----- みそ汁(厚揚げ、玉ねぎ、わかめ、合わせ味噌、和風だし) ----- そら豆の塩ゆで(そら豆、塩)	牛乳 ★ピザトースト (食パン、ベーコン、玉ねぎ、 ピーマン、ケチャップ、チーズ)
13 27 (水)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 ----- じゃが芋のそぼろ煮(豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、たけのこ、グリーンピース、 油、砂糖、醤油、片栗粉) ----- 青菜のおかかあえ(青菜、もやし、花かつお、醤油) ----- 小魚ごま風味(ちりめんじゃこ、ごま、砂糖、醤油、酢)	牛乳 ★フルーツヨーグルト (みかん缶、パイナップル缶、バナナ、 りんご、ヨーグルト、砂糖)

14 28 (木)	*ひよこ・あか ★チーズトースト 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	ハヤシライス(白飯、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、 ハヤシルウ、ケチャップ、醤油) グリーンサラダ(キャベツ、きゅうり、油、酢、砂糖、塩) 果物(オレンジ)	牛乳 ★抹茶かるかん (上新粉、ベーキングパウダー、 スキムミルク、山羊、砂糖、 抹茶、甘納豆)
15 (金)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 タンドライーチキン(鶏肉、ヨーグルト、醤油、カレー粉) アスパラガスのサラダ(キャベツ、グリーンアスパラガス、きゅうり、油、酢、砂糖、塩) 豆乳スープ(ベーコン、豆腐、人参、玉ねぎ、しめじ、青菜、豆乳、塩、鶏ガラだし) トマト	牛乳 ★カルピスサワーケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖、カルピス、ヨーグルト、 バター、卵、もも缶)
16 (土)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり 牛乳	きつねうどん(うどん、油揚げ、鶏肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、砂糖、醤油、和風だし、みりん、塩) 青菜とちりめんの和え物(青菜、ちりめんじゃこ、ごま、醤油) 果物(お楽しみ)	牛乳 お菓子
18 (月)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり ミルク	白飯 豚肉のすきやき煮(豚肉、焼き豆腐、おつゆ麩、じゃが芋、人参、玉ねぎ、 ごぼう、こんにゃく、ねぎ、油、砂糖、醤油、和風だし) キャベツのおかか和え(キャベツ、青菜、わかめ、花かつお、醤油) 味付けのり 果物(バナナ)	牛乳 ★塩焼きそば (中華麺、豚肉、玉ねぎ、もやし、 キャベツ、小松菜、人参、 きくらげ、醤油、塩、花かつお)
19 (火)	*ひよこ・あか カステラ 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 魚のマヨパン粉焼き(鮭、マヨネーズ、ヨーグルト、塩、パン粉、青のり、油) 千草あえ(油揚げ、人参、ほうれん草、キャベツ、もやし、花かつお、醤油、砂糖、酢) 煮豆(金時豆、砂糖、醤油、塩)	牛乳 ★野菜チップス (さつまいも、れんこん、油、塩)
20 (水)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 鶏肉の香味揚げ(鶏肉、醤油、生姜、片栗粉、油) チャプチェ(緑豆春雨、人参、玉ねぎ、エリンギ、赤ピーマン、きくらげ、 チンゲンサイ、にら、油、醤油、みりん、砂糖、ごま油、塩、ごま) 手作りふりかけ(青のり、花かつお、ゆかり、ひじき、砂糖、醤油)	牛乳 ★枝豆とチーズのホットケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖、牛乳、枝豆、チーズ、 卵、バター)
29 (金)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり お茶	白飯 千草焼き(卵、鶏肉、人参、たけのこ、玉ねぎ、ほうれん草、油、砂糖、醤油、塩) グリーンポテト(じゃが芋、青のり、塩) もずく入りみそ汁(厚揚げ、人参、玉ねぎ、もずく、ねぎ、合わせ味噌、和風だし)	牛乳 ★カルピスゼリー (カルピス、ゼラチン、寒天、砂糖、 みかん缶)
30 (土)	*ひよこ・あか お菓子 牛乳 *もも・きい・みどり 牛乳	スパゲティナポリタン(スパゲティ、ベーコン、人参、玉ねぎ、 エリンギ、ピーマン、トマト缶、油、ケチャップ、塩、粉チーズ) ごま塩サラダ(人参、じゃが芋、きゅうり、ちりめんじゃこ、ごま、塩、醤油) 果物(お楽しみ)	牛乳 お菓子

ミルク(スキムミルク、ココア、砂糖)

ヨーグルト(スキムミルク、乳酸菌、砂糖)

★はおいしい手作りおやつです

