

平成30年度 5月 給食献立表

ひまわりいしうち保育園

日	曜	黄	献立名	主要材料		
				血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
※	1	火	鮭の黄金焼き 若竹汁 小松菜のソテー フルーツ	鮭 チーズ 豆腐 わかめ ロースハム ちりめん	マヨネーズ 油	人参 パセリ 人参 葱 竹の子 小松菜 人参 フルーツ
			☆ 餃子ピザ 牛乳	ウインナー チーズ 牛乳	餃子の皮	ピーマン コーン ケチャップ
※	2	水	オムライス エビフライ 春キャベツと卵のサラダ ストロベリーゼリー	牛肉 卵 エビフライ 卵 チーズ ロースハム	米 ハヤシルウ 油 油 ゼリーの素	玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース キャベツ
			☆ よもぎもち 牛乳	あんこ きなこ 牛乳	白玉粉 砂糖	よもぎ
7	月	ごは ん	干草焼き ひじきの炒め煮 フルーツ	卵 牛ひき肉 ひじき 豆腐 かまぼこ 油揚げ	砂糖 油 砂糖 油	人参 ピーマン 玉ねぎ 干しいたけ ピーマン 人参 フルーツ
			☆ ホップコーン 牛乳	牛乳		とうもろこし
8	火	ごは ん	さわらのごみそ焼き シャキシャキ野菜の沢煮椀 フルーツ	さわら みそ 豚肉	砂糖 ごま	ごぼう 竹の子 しいたけ 水菜 フルーツ
			☆ 豆腐ドーナツ 牛乳	豆腐 スキムミルク 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖	
9	水	ごは ん	ポークチャップ マカロニサラダ フルーツ	豚肉	油 マカロニ マヨネーズ	ピーマン 玉ねぎ 人参 ケチャップ キャベツ 人参 きゅうり コーン フルーツ
			☆ じゃこトースト 牛乳	ちりめん 牛乳	パン マヨネーズ	パセリ
10	木	ごは ん	五目炒り豆腐 きゅうりの酢の物 フルーツ	豆腐 牛ひき肉 卵 まぐろ缶	油 砂糖 ごま 砂糖	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン きゅうり フルーツ
			☆ じゃがバター 牛乳	バター 牛乳	じゃがいも	
11	金	ごは ん	八宝菜 パンサンデー フルーツ	豚肉 うずら卵 えび 卵 かまぼこ	油 かたくり粉 砂糖 春雨 ごま ごま油	人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン コーン 干しいたけ 人参 きゅうり 玉ねぎ フルーツ
			☆ アメリカンドック 牛乳	ソーセージ 牛乳	ホットケーキミックス 油	ケチャップ
※	12	土	野菜たっぷりカルビうどん キャベツの甘酢和え フルーツ	牛肉 卵 ちりめん	うどん かたくり粉 ごま油 砂糖	人参 大根 干しいたけ もやし 葱 キャベツ 人参 フルーツ
			☆ お菓子 牛乳	牛乳		
14	月	ごは ん	肉じゃが 和風サラダ フルーツ	牛肉 ロースハム わかめ	じゃがいも 糸こんにゃく 油 砂糖 春雨 油 砂糖	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり フルーツ
			☆ 五平餅 牛乳	みそ 牛乳	米 三温糖 ごま	
15	火	ごは ん	白身魚のオーロラソース スティックきゅうり むらくもスープ フルーツ	白身魚 卵	小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ かたくり粉	ケチャップ きゅうり 玉ねぎ 人参 パセリ フルーツ
			☆ パナナヨーグルト	ヨーグルト スキムミルク		パナナ
16	水	ごは ん	生揚げのそぼろ煮 アスパラガスサラダ フルーツ	牛ひき肉 生揚げ	じゃがいも 砂糖 マヨネーズ	人参 玉ねぎ さやいんげん 生姜 アスパラガス コーン 人参 フルーツ
			☆ きなこサンド 牛乳	きなこ 牛乳	パン 砂糖 バター	
17	木	うど ん	かきあげ きゅうりの酢の物 フルーツ	えび 卵 わかめ ちりめん	じゃがいも 小麦粉 サラダ油 砂糖	葱 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう みつば きゅうり フルーツ
			☆ 黒ごまクッキー 牛乳	卵 牛乳	小麦粉 黒ごま 砂糖 バター	
18	金	ごは ん	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ フルーツ	豚肉	油 じゃがいも マヨネーズ	人参 玉ねぎ ピーマン 生姜 人参 きゅうり コーン フルーツ
			☆ ツナとニラの落とし焼き 牛乳	まぐろ缶 ロースハム 卵 牛乳	小麦粉 油 砂糖	ニラ 葱 コーン
※	19	土	イタリアンスパゲティ コンソメスープ フルーツ	ベーコン ウインナー 卵 チーズ わかめ	スパゲティ 油	人参 ピーマン 玉ねぎ ホールトマト しめじ ケチャップ もやし 人参 コーン フルーツ
			☆ お菓子 牛乳	牛乳		