



[平成31年度]
5月の献立 (1~15日)

[豊北きらきらこども園]

日	曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー	
7	火	チキンカレー 枝豆 キャベツのゆかり和え	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 大豆 グリンピース 油 カレールー 枝豆 キャベツ ゆかり	ミニドーナツ	フルーツミルク寒 (寒天 牛乳 パイン缶 桃缶 みかん缶 チェリー缶)	377	
8	水	魚の天ぷら 菜の花和え	魚 卵 小麦粉 青のり 油 法連草 キャベツ コーン ヨーグルト マヨネーズ	ウェハース	サイコロラスク (食パン 砂糖 牛乳 バター)	389	
9	木	オムレツ ピーナツ和え	鶏ミンチ 人参 玉葱 じゃが芋 ピーマン 卵 油 ケチャップ キャベツ 小松菜 ピーナツ 砂糖 しょうゆ	オレンジ せんべい	ヨーグルト入りケーキ (ホットケーキmix ヨーグルト 卵 砂糖)	347	
10	金	つみれ汁 スパゲティの和風サラダ	えそミンチ 卵 玉葱 人参 豆腐 油揚げ 葱 昆布 スパゲティ 胡瓜 れんこん 若布 トマト 味噌 砂糖 酢 ごま油	バナナ クッキー	バナナとソーセージのフリッター (ホットケーキmix バナナ 卵 魚肉ソーセージ)	381	
11	土	[元 気 ファ ミ リ ー フェ ス タ]					
13	月	旨煮 酢物	鶏肉 人参 じゃが芋 生揚げ 干し椎茸 こんにゃく ごぼう グリンピース 砂糖 しょうゆ キャベツ 胡瓜 板かま 若布 ごま 砂糖 酢	りんご ソフトビス	フレンチトースト (食パン 砂糖 牛乳 卵 バター)	364	
14	火	キャベツのクリーム煮 ししゃも	キャベツ 人参 生椎茸 玉葱 法連草 ベーコン 牛乳 コンソメ ししゃも	スティックパン	バナナケーキ (ホットケーキmix 卵 バナナ バター 牛乳)	375	
15	水	豚肉の生姜焼き 豆腐サラダ	豚肉 生姜 砂糖 しょうゆ 豆腐 人参 胡瓜 りんご キャベツ レタス 玉葱 マヨネーズ	オレンジ クッキー	お麩のふ〜ちゃん (麩 砂糖 バター)	400	

●海・風組 10時のおやつに + 牛乳
 ●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)

