


献立表


2024年5月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1水	昼食	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ★しらすと春キャベツの Pasta ブロッコリーのたまごサラダ 油揚げの味噌汁 フルーツ	米 米粉、油 スパゲティ、砂糖、オリーブ油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏もも肉 しらす干し 卵 みそ、うすあげ	キャベツ、にんじん、えのき ブロッコリー、コーン たまねぎ、だいこん、ねぎ グレープフルーツ（0・1歳児クラスはバナナ）	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ、みりん 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 たい饅頭	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、こしあん		
2木	昼食	ごはん 鮭の西京焼き さつまいもの甘煮 きゅうりとちくわの酢の物 けんちん汁 フルーツ	米 砂糖 さつまいも、砂糖 砂糖	さけ、みそ  ちくわ 厚揚げ	はくさい、きゅうり、レモン こまつな、えのき、ごぼう、にんじん オレンジ	酒、みりん  酢、塩 だし汁、しょうゆ、みりん、さけ
	午後おやつ	牛乳 バナナケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵	バナナ	ベーキングパウダー
7火	昼食	ごはん チャブチェ 厚揚げのねぎ焼き チンゲン菜のコーン和え 中華スープ フルーツ	米 はるさめ、砂糖、ごま油	牛肉、みそ 厚揚げ、糸かつお	たまねぎ、にんじん ねぎ はくさい、チンゲン菜、コーン だいこん、たけのこ、にんじん、トウモロコシ バナナ	しょうゆ しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★ジャーマンポテトトースト	食パン、じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 ベーコン	コーン	コンソメ、パセリ粉
8水★ランチデー	昼食	わかめごはん こいのぼりハンバーグ ポイルウィンナー 和風サラダ たけのこのお吸い物 フルーツ	米 片栗粉  砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐、ちくわ ウィンナー ツナ缶	わかめ たまねぎ  だいこん、きゅうり、にんじん たけのこ、たまねぎ、えのき いちご	ケチャップ、中華だし ケチャップ しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	りんごジュース ★こいのぼりクッキー	小麦粉、砂糖、バター、グラニュー糖	卵	りんごジュース	ベーキングパウダー
9木	昼食	ごはん 鱈のねぎ味噌焼き 炒り豆腐 小松菜の磯和え 白菜のすまし汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖、ごま油	さわら、みそ 木綿豆腐、鶏ひき肉	ねぎ にんじん、しいたけ、グリーンピース、ひじき こまつな、キャベツ、コーン、のり はくさい、たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	みりん だし汁、しょうゆ、みりん みりん だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 炊きこみおにぎり	米、砂糖	牛乳 うすあげ	にんじん	だし汁、しょうゆ
10金	昼食	ごはん 鮭のパン粉焼き ★ウィンナーとブロッコリーのソテー かぼちゃサラダ 豆乳スープ フルーツ	米 パン粉、オリーブ油 油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さけ ウィンナー  豆乳	ブロッコリー、エリンギ、コーン かぼちゃ、きゅうり、にんじん たまねぎ、はくさい、しめじ、にんじん オレンジ	塩、パセリ粉 中華だし、塩 塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ（クリーム）	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳		ドライイースト、塩
11土	昼食	親子丼 じゃがいものおかか焼き キャベツとわかめの酢の物 えのきのすまし汁 フルーツ	米、砂糖 じゃがいも 砂糖	鶏もも肉、卵 糸かつお  木綿豆腐	たまねぎ、にんじん  キャベツ、にんじん、わかめ こまつな、えのき	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 酢、しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
13月	昼食	ごはん 鱈のおかか焼き 厚揚げの煮物 春キャベツの昆布和え かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米  砂糖	さわら、糸かつお 厚揚げ  みそ、うすあげ	たまねぎ、にんじん キャベツ、こまつな、コーン、塩こんぶ かぼちゃ、たまねぎ バナナ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん  だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★キャロットケーキ	ホットケーキミックス、バター、砂糖	牛乳 卵	にんじんジュース、マーマレード	
14火	昼食	ハッシュ・ド・ポーク かぼちゃの焼きコロッケ ポパイサラダ フルーツ	米 パン粉、油 ごまドレッシング	豚肉 鶏ひき肉	たまねぎ、ホールトマト、にんじん、しめじ、グリーンピース かぼちゃ、たまねぎ ほうれん草、キャベツ、にんじん、コーン りんご（0～2歳児はバナナ）	ハヤシルウ 塩
	午後おやつ	牛乳 麩のラスク	バター、麩、グラニュー糖	牛乳		
15水	昼食	ごはん 鶏肉のオニオンソース ブロッコリーとひじきのソテー パスタサラダ 人参のスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖、オリーブ油 スパゲティ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏肉 ツナ缶 ハム 木綿豆腐	たまねぎ、りんごジュース ブロッコリー、コーン、ひじき きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、えのき オレンジ	しょうゆ、みりん、酒、酢、塩 しょうゆ、塩 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩

16 木	昼食	ひじきごはん 鮭の塩焼き 高野豆腐の卵とじ 新ごぼうの胡麻マヨサラダ さつま汁 フルーツ	米、ごま 砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、ごま、砂糖 さつまいも	さけ 卵、高野豆腐 みそ、うすあげ	ひじき、しそ たまねぎ、ねぎ キャベツ、ごぼう、にんじん たまねぎ、えのき、ねぎ バナナ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	砂糖、上新粉、油、片栗粉	牛乳 絹豆腐		ココアパウダー、ベーキングパウダー
17 金	昼食	ごはん 鯖の甘辛焼き 大根のツナ焼き 小松菜とえのきの磯和え わかめのすまし汁 フルーツ	米 砂糖、油	さば（0歳児クラスはたい） ツナ缶 木綿豆腐	だいこん こまつな、キャベツ、にんじん、のり たまねぎ、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 練乳いちごパン	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 卵、脱脂粉乳	いちごジャム	ドライイースト
18 土	昼食	しょうゆラーメン かぼちゃのごまあえ ブロッコリーのお浸し フルーツ	中華めん 砂糖、ごま	豚肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、わかめ かぼちゃ ブロッコリー、もやし	中華だし、しょうゆ しょうゆ しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
20 月	昼食	ごはん 鯖のねぎ焼き ひじきの煮物 ほうれん草のゆかり和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 砂糖	さわら さつま揚げ みそ	ねぎ だいこん、にんじん、ひじき はくさい、ほうれん草、コーン キャベツ、たまねぎ、しめじ オレンジ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん ゆかり だし汁
	午後おやつ	牛乳 大学芋風トースト	食パン、さつまいも、砂糖、バター、片栗粉、黒ごま	牛乳 豆乳		しょうゆ
21 火 ★世界の食卓	昼食	チャーハン 鶏肉のから揚げ ★茄子ともやしの中華和え ★ハムと春雨のスープ フルーツ	米、ごま油 油、片栗粉 ごま油 はるさめ	卵、豚肉 鶏もも肉 ハム	にんじん、白ねぎ、ねぎ なす、もやし、きゅうり、レモン たまねぎ、チンゲン菜、にんじん バナナ	中華だし しょうゆ、おろししょうが、おろしにんにく 中華だし、塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★マラーカオ	ホットケーキミックス、油、砂糖、三温糖	牛乳 卵、牛乳		ベーキングパウダー
22 水	昼食	ごはん 鶏チリ 青のりポテト 白菜の昆布和え 中華スープ フルーツ	米 片栗粉、砂糖、ごま油 じゃがいも	鶏もも肉 木綿豆腐	白ねぎ あおのり はくさい、もやし、きゅうり、塩こんぶ にんじん、しめじ、ねぎ オレンジ	ケチャップ、しょうゆ、中華だし、塩 塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ベーコンコーンパン	ホットケーキミックス、油、砂糖	牛乳 卵、豆乳、ベーコン	コーン	
23 木	昼食	ごはん 鮭の柚子みそ焼き 鶏肉と大根の旨煮 ほうれん草の白和え 若竹汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 砂糖、ごま	さけ、みそ 鶏肉、うすあげ 木綿豆腐	ゆず だいこん、にんじん ほうれん草、にんじん、塩こんぶ たけのこ、たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	みりん だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★ツナピラフおにぎり	米	牛乳 ツナ缶	にんじん、えのき	コンソメ、酒
24 金	昼食	ごはん 鯖のカレームニエル 春キャベツのソテー 大豆入りマセドアンサラダ コンソメスープ フルーツ	米 米粉、油 砂糖、オリーブ油 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さば（0歳児クラスはたい） 大豆	キャベツ、こまつな、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、しめじ グレープフルーツピール（0・1歳児クラスはバナナ）	カレー粉、塩 しょうゆ 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、牛乳		
25 土	昼食	焼肉丼 さつまいものグリル 青菜のごま和え 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米、砂糖、油 さつまいも、オリーブ油 砂糖、ごま	牛肉 木綿豆腐	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン ほうれん草、キャベツ、にんじん たまねぎ、えのき、ねぎ、わかめ	しょうゆ 塩 しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
27 月	昼食	ごはん 鮭の韓国風焼き さつま芋のレモン煮 小松菜のナムル 味噌豆乳スープ フルーツ	米 ごま油、ごま さつまいも、砂糖 ごま油	さけ 豆乳、木綿豆腐、みそ	のり レモン もやし、こまつな、にんじん はくさい、にんじん、たまねぎ、ねぎ オレンジ	しょうゆ、みりん 中華だし、塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 フライドポテト	じゃがいも	牛乳		塩
28 火	昼食	ごはん チキン南蛮 ジャーマンポテト ほうれん草のツナ和え きのこのスープ フルーツ	米 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、片栗粉、砂糖 じゃがいも、油	鶏もも肉、卵 ウインナー ツナ缶 木綿豆腐	たまねぎ たまねぎ、にんじん ほうれん草、キャベツ たまねぎ、しめじ、えのき、ねぎ バナナ	酢、しょうゆ、塩、パセリ粉 中華だし しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵	かぼちゃ	ベーキングパウダー

29 水	昼食	シーチキンカレー かぼちゃのチーズ焼き ブロッコリーのごまサラダ フルーツ	米、じゃがいも マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） ごまドレッシング	ツナ缶、大豆 チーズ 卵、ちくわ	たまねぎ、にんじん、グリーンピース かぼちゃ ブロッコリー、コーン、にんじん りんご（0～2歳児はバナナ）	カレールー
	午後おやつ	牛乳 ピザトースト	食パン	牛乳 チーズ、ウィンナー	たまねぎ、コーン	ケチャップ
30 木	昼食	ごはん 鯖の甘辛焼き れんごんのじゃこ炒め ごまマヨサラダ キャベツの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 油、砂糖 ごま、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	さば（0歳児クラスはたい） しらす干し ツナ缶 木綿豆腐、みそ	れんこん、ブロッコリー、にんじん きゅうり、にんじん、切り干しだいこん キャベツ、たまねぎ、ねぎ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ しょうゆ、塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 スイートポテト	さつまいも、砂糖、バター	牛乳		
31 金	昼食	ごはん 鮭のごま照り焼き 切干し大根の旨煮 ブロッコリーのマヨサラダ わかたま汁 フルーツ	米 ごま、砂糖、油 砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、マカロニ	さけ うすあげ  卵	にんじん、切り干しだいこん ブロッコリー、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 野菜カステラ	小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、マーガリン	牛乳 卵		

☆献立は、変更になる場合があります。  
★印は新メニューです。

