



4・5月のこんだて

開南幼稚園
平成29年4月21日

ご入園、ご進級おめでとうございます。
園の給食では子供たちの健やかな成長を考えた安全でおいしく、また旬のお野菜や果物など季節感を出したメニューを心がけております。園生活が始まると、からだをたくさん動かしますので、おうちでは、朝ごはんを食べて体調を整え登園するようご協力お願いいたします。



月/日	献立名	材料名			栄養価	
		あか	きいろ	みどり	エネルギー	たんぱく質
		血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	kcal	g
4/24 (月)	カレーライス コールスローサラダ 果物・牛乳	豚肉・牛乳	米・麦・油 じゃがいも・砂糖 カレールー マヨネーズ	玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・きゅうり いちご	423	11.2
4/25 (火)	麦ごはん 親子煮・みそかんぷら ブロッコリーツナサラダ 果物・牛乳	卵・なると 鶏肉・みそ ツナ・牛乳	米・麦・しらたき じゃがいも・油 砂糖・マヨネーズ	玉ねぎ・人参・レタス グリーンピース ブロッコリー 清見オレンジ	397	15
4/27 (木)	にんじんごはん とりの照り焼き 伴三条 果物・牛乳	鶏肉・ハム 牛乳	米・麦・油・砂糖 コンソメ・バター	レタス・春雨・きゅうり 玉ねぎ・人参・キャベツ いちご	390	14.8
5/1 (月)	麦ごはん 洋風ハンバーグ アスパラ入りナムル 果物・牛乳	豚肉・卵 牛乳	米・麦・砂糖 パン粉・油・バター 砂糖・ソース	玉ねぎ・アスパラ・人参 マッシュルーム・もやし キャベツ・ピーマン パイン	410	14.8
5/2 (火)	温うどん かき揚げ 果物・牛乳	花かつお・なると ちくわ・小女子 牛乳	乾めん・さつま芋 天ぷら粉・油	ほうれん草・玉ねぎ 人参・春菊 清見オレンジ	385	10
5/8 (月)	麦ごはん 豚のしょうが焼き ポテトサラダ 果物・牛乳	豚肉・ハム 牛乳	米・麦 砂糖・じゃがいも マヨネーズ	玉ねぎ・生姜・ニラ キャベツ・きゅうり 人参・清見オレンジ	440	13.8
5/9 (火)	竹の子ごはん 鶏のから揚げ ほうれん草お浸し 果物・牛乳	鶏肉・油揚げ 牛乳	米・もち米 油・片栗粉・砂糖	竹の子・生姜・レタス ほうれん草・もやし バナナ	388	14.7
5/11 (木)	ドックパン(ピーナツ) マカロニグラタン コロコロサラダ 果物・牛乳	鶏肉・ベーコン 牛乳	ドックパン マカロニ・パン粉 シチュールー じゃがいも	玉ねぎ・ほうれん草 きゅうり・ブロッコリー 人参・コーン・キウイ	396	14.1
5/15 (月)	ふりかけごはん 肉じゃが ほうれん草バター炒め 果物・牛乳	豚肉・牛乳	米・麦 じゃがいも・砂糖 しらたき・バター	人参・玉ねぎ ほうれん草 コーン・パイン	399	10.9
5/16 (火)	麦ごはん さんまのかば焼き スナックえんどうのサラダ 果物・牛乳	さんま・ツナ みそ・牛乳	米・麦 片栗粉・油・砂糖 マヨネーズ	もやし・人参 スナックえんどう 白ゴマ・キウイ	397	16.1
5/18 (木)	麦ごはん 鶏のステーキソース和え 中華サラダ 果物・牛乳	鶏肉・ちくわ 牛乳	米・麦・油 砂糖	しめじ・りんご・玉ねぎ にんにく・きゅうり レタス・人参・もやし きゃべつ・美生柑	404	14.6
5/22 (月)	麦ごはん 筑前煮 ほうれん草のゴマ和え 果物・牛乳	鶏肉・みそ 牛乳	米・麦 こんにゃく・里芋 砂糖・油	人参・干しいたけ ゴボウ・れんこん・ゴマ ほうれん草・バナナ	364	12.9
5/23 (火)	やきそば ハムとレタスのマリネ 果物・牛乳	豚肉・ハム ちくわ・牛乳	蒸しめん・油 砂糖	きゃべつ・玉ねぎ・人参 もやし・ピーマン レタス・きゅうり 美生柑	370	11.7
5/25 (木)	麦ごはん 春キャベツ入りメンチカツ すき昆布煮 果物・牛乳	豚肉・卵 油揚げ・焼ちくわ 牛乳	米・麦・油 天ぷら粉・パン粉 こんにゃく・砂糖	玉ねぎ・キャベツ すき昆布 人参・オレンジ	425	13.2
5/29 (月)	ハヤシライス フレンチサラダ 果物・牛乳	豚肉・ちくわ 牛乳	米・麦・砂糖・油 じゃがいも ハヤシルー	玉ねぎ・グリーンピース キャベツ・コーン 人参・きゅうり キウイ	396	11
5/30 (火)	わかめごはん 肉豆腐 温野菜サラダ 果物・牛乳	豚肉・豆腐 ベーコン・牛乳	米・麦 しらたき・砂糖 じゃがいも	長ネギ・人参・きゅうり コーン・炊き込みわかめ オレンジ	365	10.8

- 材料の出荷の影響により一部の献立が変更になることがあります。
- 食品放射能検査については、導入した検査機器にて事前検査をしております。結果については随時お知らせしております。