

にこにこ給食



5月 エンジョイランチ

月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
けんぽうきねんび	みどりのひ	こどものひ	ごはん みかん	ごはん カレー サラダ ハン
			とりのてりやき	チキンカレー
			ごはん	ごはん
10日	11日	12日	13日	14日
ごはん はくとう	ごはん ちやめし りんご	ごはん しゃけわかめごはん おうとう	ごはん りんご	ごはん はくとう
はっほうさい	じゃがいものケチャップソテー	だいごんのそぼろに	にくやさしいため	テミグラスソースハンバーグ
ごはん	ちやめし	しゃけわかめごはん	ごはん	ごはん
17日	18日	19日	20日	21日
なめしごはん りんご	ごはん りんご	あげパン みかん	ごはん ハン	ごはん はくとう
ゆーりんちー	マーボナス	とりのてりやき	ポークカレー	さつまいもてんぷら
なめしごはん	ごはん	あげパン	ごはん	ごはん
24日	25日	26日	27日	28日
ごはん りんご	ごはん りんご	ごはん みかん	ごはん ハン	ごはん はくとう
マーボどうぶ	はるまき	チキンカツ	そぼろに	トマトソースハンバーグ
ごはん	やきそば	わかめごはん	ごはん	ごはん
31日				
ハヤシチュー ホットドッグ				

5月 にここ給食献立表



スプーンを落とすと食べやすいです。 ー 8 乳児食の主食はすべてやわらか白ごはんに なります。

日付	曜日	主食	献立	カロリー	たんぱく質	体をつくる	熱や力になる	体調を整える	
6	木	ごはん	ナポリタンスパゲッティ 鶏肉の照り焼き 野菜カレーソテー ブロッコリー みかん缶	373	12.9	豚肉 鶏肉	こめ スパゲティ 植物油	玉ねぎ 人参 コーン キャベツ グリーンピース ブロッコリー みかん缶	
7	金	S	ごはん	チキンカレー 枝豆サラダ パイン缶	342	9.1	鶏肉	こめ 植物油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 きゅうり コーン 枝豆 パイン缶
10	月	ごはん	八宝菜 とうもろこしのつまみ揚げ 切干大根煮 枝豆 白桃缶	324	9.3	豚肉 すり身 油揚げ	こめ 植物油 白滝	白菜 玉ねぎ 人参 小松菜 枝豆 コーン 大根 白桃缶	
11	火	S	茶飯	じゃがいものケチャップソテー 焼売 ナス天ぷら 青菜のおかか和え りんご缶	334	6.6	豚肉 鶏肉 削り節	こめ 植物油 ごま じゃがいも	玉ねぎ ナス 小松菜 人参 りんご缶
12	水	S	鮭わかめごはん	大根のそぼろ煮 厚焼玉子 青菜ソテー 人参煮 黄桃缶	334	10.8	豚肉 たまご 鮭 わかめ	こめ 植物油	大根 人参 インゲン もやし 玉ねぎ 小松菜 黄桃缶
13	木	S	ごはん	肉野菜炒め 竹輪カレー天ぷら 花型がんも ひじき煮 パイン缶	365	10.5	豚肉 豆腐 すり身 ひじき 油揚げ	こめ 植物油 白滝	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン パイン缶
14	金	ごはん	デミグラスソースハンバーグ マカロニソテー 人参煮 ブロッコリー 白桃缶	357	9.9	豚肉 鶏肉	こめ 植物油 マカロニ	玉ねぎ 人参 グリーンピース コーン ブロッコリー 白桃缶	
17	月	菜飯	ごまドレ春雨サラダ 油淋鶏 キャベツと竹輪の塩昆布和え ナルト りんご缶	408	10.8	鶏肉 昆布 すり身 削り節	こめ 植物油 春雨 ごま	ねぎ 青菜 キャベツ きゅうり コーン りんご缶	
18	火	S	ごはん	麻婆ナス イカフライ コーン 春雨中華サラダ チーズ	350	9.6	豚肉 イカ チーズ	こめ 植物油 春雨	玉ねぎ ナス キャベツ きゅうり 人参 コーン
19	水	揚げパン	ポテトサラダ 鶏肉の照り焼き ナスのケチャップ炒め ブロッコリー みかん缶	273	11.5	鶏肉	パン 植物油 じゃがいも	玉ねぎ ナス 人参 コーン グリーンピース ブロッコリー みかん缶	
20	木	S	ごはん	ポークカレー 枝豆サラダ パイン缶	346	8.5	豚肉	こめ 植物油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 コーン 枝豆 きゅうり パイン缶
21	金	ごはん	豚肉の甘辛炒め さつまいも天ぷら ナスの煮浸し コーンのつまみあげ 白桃缶	378	9.0	豚肉 すり身	こめ 植物油 白滝 さつまいも	玉ねぎ 人参 キャベツ コーン ナス 白桃缶	
24	月	S	ごはん	麻婆豆腐 鶏肉の竜田揚げ 肉野菜炒め 花型がんも りんご缶	395	15.9	豚肉 鶏肉 豆腐	こめ 植物油	玉ねぎ 人参 キャベツ りんご缶
25	火	S	焼きそば	わかめサラダ 春巻 青菜ソテー 枝豆 黄桃缶	342	10.2	豚肉 鶏肉 豆腐 わかめ	中華麺 植物油	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし 枝豆 きゅうり 小松菜 黄桃缶
26	水	S	わかめごはん	回鍋肉 チキンカツ 青菜の煮浸し ブロッコリー みかん缶	361	12.3	鶏肉 豚肉 わかめ 油揚げ	こめ 植物油	玉ねぎ 小松菜 ブロッコリー 人参 キャベツ ピーマン みかん缶
27	木	S	ごはん	そぼろ煮 ほうれん草焼売 金平ごぼう 人参煮 パイン缶	327	7.7	豚肉 すり身 豆腐	こめ 植物油 ごま 白滝 じゃがいも	白菜 玉ねぎ ごぼう 人参 ほうれん草 パイン缶
28	金	ごはん	キャベツサラダ トマトソースハンバーグ 青海苔ポテト 白桃缶	343	8.6	豚肉 鶏肉 青海苔	こめ 植物油 じゃがいも	キャベツ きゅうり コーン 人参 玉ねぎ トマト 白桃缶	
31	月	ホットドック	ビーフシチュー オムレツ 野菜ソテー ブロッコリー りんご缶	334	12.1	牛肉 豚肉 たまご	パン 植物油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ ブロッコリー りんご缶	

※ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

※ 毎日お届けするお弁当は食品衛生上、当日の午後1時までにお召し上がりください。

※ 使用している魚は骨を極力抜いていますが、まれに小骨が入っている可能性がありますので、喫食時にはご注意ください。

※ すり身の原材料に使用している魚はえび、かにを食べているものを含みます。

※ 一部原料はえび、かにが混ざる漁法で採取しています。

※ サラダに使用しているマヨネーズは植物油を主要原料としたドレッシングです。

産地のご案内
 (主な物) 人参(青森、静岡、徳島)、キャベツ(愛知、兵庫)、玉葱(静岡、北海道)、じゃがいも(北海道)
 玉子類(熊本、兵庫)、小松菜・ほうれん草(熊本)、鶏肉(ブラジル)、豚肉・牛肉(オーストラリア)、魚類(ニュージーランド、チリ)、お米(国内産)