



5月 給食予定献立表(浜寺太陽幼稚園)



2019年

日 曜	昼 食	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)
7 火	発芽玄米ごはん 白身魚のトマトソース ひじきの炒め煮 里芋と若布のみそ汁 黄桃缶 マクロビオティックの日	米・発芽玄米			白身魚・油・トマト・玉葱・マッシュルーム・ケチャップ/ひじき・油揚げ・人参・椎茸・グリーンピース・砂糖・醤油・みりん 里芋・わかめ・みそ/黄桃缶
9 木	ゴーヤ入り五目ラーメン ちくわの天ぷら 食べる小魚(ごま含む) パイナップル めんの日 5/8は ゴーヤの日 でした	豚肉/ちくわ/食べる小魚	ラーメン/油・小麦粉	ゴーヤ・もやし・玉葱・人参・木耳 ねぎ/パイナップル	醤油ラーメンスープの素 塩・こしょう
10 金	ソースチキンカツ丼 南瓜の煮付け 麩と玉葱のみそ汁 リンゴ どんぶりの日	チキンカツ/みそ	米・油/砂糖/麩	キャベツ/南瓜・グリーンピース 玉葱/りんご	ソース・みりん・ケチャップ 醤油・だし
13 月	豚肉のみそ炒め キャベツ添え れんこん金平 花麩と貝割れのお吸い物 ごはん リンゴ 和メニュー	豚肉・みそ	油・砂糖/白ごま・ごま油 花麩/米	玉葱・しょうが/キャベツ・コーン 蓮根・糸蒟蒻・ピーマン/貝割れ りんご	醤油・みりん・酒・だし
14 火	遠 足				
16 木	フライドチキン 具沢山のマカロニサラダ もやしと油揚げのみそ汁 ごはん パイナップル みんな大好き メニュー	鶏肉/ツナ缶/油揚げ・みそ	小麦粉・油/マカロニ マヨネーズ/米	しょうが・にんにく・胡瓜・玉葱 コーン・人参/もやし/パイナップル	こしょう・塩・だし
17 金	ハッシュドポーク コーンサラダ キャンディチーズ 白桃缶 ハッシュの日	豚肉/キャンディチーズ	米・油 ブラウンシュールウ	玉葱・マッシュルーム グリーンピース/コーン・キャベツ 白桃缶	手作りドレッシング
20 月	自分で混ぜてね!まぜまぜチャーハン 華風和え 春巻き 若布スープ パイン缶 19日は「食育の日」でした	ウインナー/ツナ缶/春巻き わかめ	米・油/ごま油	ねぎ・ピーマン・玉葱・コーン チンゲンサイ・キャベツ・木耳 えのき/パイン缶	中華味・塩・こしょう・醤油 みりん・だし
21 火	鹿児島名物!黒豚メンチ とりささみともやしの胡麻酢 若布と貝割れのお吸い物 ごはん オレンジ ご当地グルメ 鹿児島 西郷隆盛	メンチカツ/ささ身/わかめ	油/白ごま・砂糖/米	もやし・胡瓜・人参/貝割れ オレンジ	酢・醤油・だし
23 木	魯肉飯(ルーロウハン):豚肉煮込みかけごはん 菜脯蛋(ツァイボータン):卵とじ切干大根 汁米粉(汁ビーフン):中華スープ 愛玉子(オーギョーテー)風寒天:レモン味寒天 世界味めぐり "台湾"	豚肉/卵/鶏肉	米・油・砂糖/ビーフン ごま油	しょうが・にんにく/たくあん 切干大根・ねぎ/青菜・人参 椎茸/粉寒天・レモン	みりん・醤油・塩・こしょう 中華味
24 金	カレーライス ウインナー コールスロー バナナ カレーの日	豚肉/ウインナー	米・油・じゃが芋 カレールウ	玉葱・人参/キャベツ・胡瓜 コーン/バナナ	手作りドレッシング
27 月	鮭の西京焼き 花かまぼこ 大根のそぼろ炒め 若竹汁 ごはん パイナップル 和メニュー	鮭・みそ/かまぼこ/鶏肉 わかめ	砂糖・油/米	大根・インゲン/たけのこ パイナップル	みりん・醤油・だし
28 火	ツナ入り五目冷やしうどん 肉じゃがコロケ キャベツのソテー バナナ めんの日	ツナ缶/わかめ	うどん・白ごま・マヨネーズ 肉じゃがコロケ/油	もやし・胡瓜・人参/キャベツ コーン/バナナ	醤油・酒・みりん・だし・塩 こしょう
29 水	照り焼きハンバーグ 三色ナムル 豆腐と青菜のみそ汁 ごはん メープルマフィン おたんじょう 会	牛肉・豚肉・鶏肉 木綿豆腐/みそ	パン粉・油・砂糖/白ごま ごま油/米/ケーキックス シロップ	玉葱・インゲン・人参/もやし 赤パプリカ/しめじ/青菜	醤油・だし
30 木	発芽玄米ごはん さごしの塩焼き こんにやくと厚揚げの煮物 具沢山のみの汁 オレンジ 昨日、5/29は 「こんにやくの日」 でした	米・発芽玄米/さごし・塩・油			マクロビオティックの日 蒟蒻・厚揚げ・人参・インゲン・醤油・砂糖・みりん 里芋・厚揚げ・大根・ごぼう・わかめ・ねぎ・みそ・だし/オレンジ
31 金	チキンチャップ ブロッコリーのコーンマヨかけ 黒糖ロール 100%オレンジジュース リンゴ みんな大好き メニュー	鶏肉	油・砂糖/マヨネーズ 黒糖ロール	玉葱・しめじ/ブロッコリー コーン・ジュース/りんご	ケチャップ

材料等の都合により献立を変更することがございます。



17日、20日、23日、24日はスプーン持ってきてね!