


2022年度5月献立材料表

さかえ保育園様




日曜日	2・16 月		6・20 金		7・21 土		9・23 月		10・24 火		11・25 水		12・26 木		13・27 金	
献立名	ごはん 豚肉のスタミナ焼き ほうれん草の煮浸し 大根のすまし汁		ごはん 照り焼きハンバーグ チンゲン菜の和えもの わかめのみそ汁		春野菜のスパゲティ さつま芋しモン煮 コンソメスープ		ごはん 豚肉のしょうが焼き カリフラワーのサラダ ほうれん草のみそ汁		麻婆豆腐丼 もやしのナムル ゼリー		ごはん サケフライ 切干大根の煮物 小松菜のおかか和え 白ねぎのみそ汁		ごはん チンジャオロース風 キャベツのボン酢和え 中華スープ		チキンカレーライス いんげんとツナのサラダ フルーツヨーグルト	
材料名	白米 豚肉 玉ねぎ 黄パプリカ 人参 焼肉のたれ にんにく 塩 油 ほうれん草 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 酒 大根 椎茸 天然だし(昆布・かつお) 醤油 塩 酒 みりん		白米 牛肉 鶏肉 玉ねぎ 人参 ハンパ(乳・小麦・大豆含む) 鶏卵 牛乳 砂糖 塩 しょうが にんにく 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉 チンゲン菜 コーン 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん わかめ 油揚げ 天然だし(昆布・かつお) みそ		スパゲティ 鶏肉 春キャベツ アスパラガス 玉ねぎ コンソメ 醤油 砂糖 塩 油 さつま芋 砂糖 塩 しモン果汁 しめじ 人参 コンソメ 醤油 塩 酒 パセリ		白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン しょうが 醤油 みりん 酒 油 カリフラワー かにかま 酢 醤油 砂糖 塩 ほうれん草 麩 天然だし(昆布・かつお) みそ		白米 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 チンメンジャン 小麦粉 醤油 砂糖 酒 しょうが にんにく しょうが 片栗粉 太もやし チンゲン菜 醤油 酢 砂糖 醤油 塩 こま油 オレンジゼリー		白米 サケ 塩 酒 スキムミルク 小麦粉 片栗粉 油 ソース 切り干し大根 さつま揚げ 人参 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 酒 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 白ねぎ 板こんにゃく 椎茸 天然だし(昆布・かつお) みそ		白米 豚肉 玉ねぎ ピーマン たけのこ 中華だし ソース 醤油 砂糖 酒 片栗粉 小松菜 醤油 砂糖 みりん キャベツ 人参 ボン酢 砂糖 みりん わかめ 玉ねぎ 中華だし ジャントン 醤油 酒 塩 こま油 みりん		白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレーパウダー ソース 油 スキムミルク いんげん ツナ 酢 醤油 砂糖 塩 油 プレーンヨーグルト パイン缶 みかん缶 黄桃缶 砂糖	
副食	黒ごまクッキー、牛乳 小麦粉 砂糖 油 塩 黒ごま 牛乳		菜飯おにぎり、麦茶 白米 菜飯の素 塩 麦茶		お菓子、牛乳 お菓子(ビスケット) 牛乳		焼きそば、麦茶 中華種 人参 玉ねぎ 小松菜 ソース 中華だし 油 麦茶		※ココアパンケーキ、牛乳 小麦粉 ヒュアココア 砂糖 油 塩 ベーキングパウダー 牛乳		麺ラスク、牛乳 麵 砂糖 バター 牛乳		プレーンクッキー、牛乳 小麦粉 砂糖 油 塩 牛乳		豆蒸しパン、麦茶 金時豆 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 食塩 油 麦茶	
栄養価	幼児 650kcal 蛋白23.4g 脂質23.2g 食塩2.0g	乳児 520kcal 蛋白18.7g 脂質18.5g 食塩1.6g	幼児 516kcal 蛋白16.2g 脂質9.7g 食塩2.2g	乳児 412kcal 蛋白12.9g 脂質7.7g 食塩1.7g	幼児 493kcal 蛋白16.5g 脂質12.8g 食塩2.0g	乳児 394kcal 蛋白13.2g 脂質10.2g 食塩1.6g	幼児 443kcal 蛋白18.1g 脂質11.1g 食塩2.0g	乳児 354kcal 蛋白14.4g 脂質8.8g 食塩1.6g	幼児 641kcal 蛋白20.6g 脂質17.7g 食塩2.0g	乳児 512kcal 蛋白16.4g 脂質13.2g 食塩1.2g	幼児 541kcal 蛋白20.3g 脂質17.7g 食塩2.0g	乳児 432kcal 蛋白16.2g 脂質14.1g 食塩1.6g	幼児 607kcal 蛋白20.0g 脂質17.7g 食塩1.7g	乳児 485kcal 蛋白16.0g 脂質16.0g 食塩1.3g	幼児 646kcal 蛋白17.2g 脂質15.7g 食塩2.1g	乳児 516kcal 蛋白13.7g 脂質12.5g 食塩1.6g
日曜日	14・28 土		17・31 火		18 水		19 木		30 月							
献立名	ごはん すき焼き風 小松菜のりおえ 玉ねぎのみそ汁		ごはん 鶏肉のマーマレード焼き かぼちゃサラダ もやしのみそ汁		豆ごはん サバの塩焼き ひじきの煮物 菜の花のお浸し コンソメスープ		ごはん 鶏肉のケチャップ炒め ブロックリーとチーズのサラダ コンソメスープ		みそ煮込みうどん 厚揚げの煮物 キャベツのこま和え							
材料名	白米 牛肉 焼き豆腐 白菜 玉ねぎ 糸こんにゃく 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 酒 小松菜 人参 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん きざみり 玉ねぎ 麩 天然だし(昆布・かつお) みそ		白米 鶏肉 しょうが にんにく 醤油 砂糖 みりん 酒 マーマレード かぼちゃ レーズン マヨドレ スキムミルク 塩 砂糖 太もやし 玉ねぎ 人参 天然だし(昆布・かつお) みそ		白米 グリルピース 昆布だし 酒 塩 サバ 塩 酒 ひじき 人参 ちくわ きぬさや 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 酒 小松菜 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん		白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 いんげん ケチャップ コンソメ 砂糖 塩 油 ブロックリー ミックスチーズ 酢 砂糖 醤油 塩 酒 玉ねぎ ウィンナー コンソメ 醤油 塩 酒		うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ 赤かまぼこ 天然だし(昆布・かつお) みそ 醤油 みりん 厚揚げ グリルピース 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 酒 キャベツ 天然だし(昆布・かつお) 醤油 砂糖 みりん 白ごま							
副食	お菓子、牛乳 マカロニ 牛乳		みたらシマカカロニ、麦茶 マカロニ 醤油 砂糖 片栗粉 麦茶		ココア麺ラスク、牛乳 ふどろジュース 砂糖 バター ヒュアココア 牛乳		手作りゼリー、牛乳 ふどろジュース 砂糖 バター ヒュアココア 牛乳		たぬきおにぎり、麦茶 白米 天かす あおさ 醤油 塩 麦茶							
栄養価	幼児 579kcal 蛋白17.5g 脂質22.7g 食塩2.0g	乳児 463kcal 蛋白14.0g 脂質18.1g 食塩1.6g	幼児 510kcal 蛋白18.1g 脂質14.4g 食塩2.0g	乳児 408kcal 蛋白14.4g 脂質11.5g 食塩1.6g	幼児 544kcal 蛋白20.5g 脂質18.0g 食塩2.2g	乳児 435kcal 蛋白16.4g 脂質16.1g 食塩1.7g	幼児 539kcal 蛋白18.1g 脂質18.0g 食塩1.9g	乳児 431kcal 蛋白14.4g 脂質14.4g 食塩1.5g	幼児 426kcal 蛋白17.1g 脂質10.8g 食塩2.7g	乳児 340kcal 蛋白13.6g 脂質8.6g 食塩2.1g						



## 今月の郷土料理は 愛知県です！

・みそ煮込みうどん風  
みそ煮込みうどんはきしめんと並び愛知県の代表的な麺料理の一つです。土鍋で八丁味噌仕立ての汁にコシの強いうどんを入れて煮込むのが特徴です。寒い冬はもちろん、通年を通して食べられています。給食では食べやすいようにいつものおみそを使用して提供したいと思います。

・キャベツ  
日本でキャベツの生産量の多い産地は愛知県・群馬県・千葉県です、この3県で約4割を占めています。生産の歴史は愛知県が最も古く明治時代に名古屋市近郊で都市園芸として始まったと言われています。

※入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。  
 ※アレルギーは別紙メニューになります。  
 ※食塩 = 食塩相当