

2025年05月の献立

東二番丁幼稚園

ようちえん給食(株)

仙台市若林区鶴代町1-15

栄養士:鈴木

電話:022-782-0821

FAX:022-782-0822

〇←ｽｰﾌﾟを使うと食べやすいです。

日付	曜日	ｽｰﾌﾟ	主 食	献 立	カロリー	体をつくる	熱や力になる	体調を整える
1	木		ごま塩ごはん	チキンカツ・れんこんと豚肉のきんぴら・えびしゅうまい・こうや豆腐といんげんの含め煮・オレンジ ◆牛乳・味噌汁(キャベツ・わかめ)	539 k	鶏肉・豚肉・魚肉・えび・こうや豆腐 牛乳・わかめ	ごま・米・植物油・小麦粉・砂糖	人参・れんこん・玉ねぎ・いんげん・オレンジ キャベツ
2	金	○	かおりごはん	ポークチャップ・星しんじょ・ハートポテト・ブロッコリーとえ・白桃 ◆かしわもち・◆牛乳・味噌汁(豆腐・長ねぎ)	617 k	豚肉・豆乳・豆腐・魚肉 牛乳・豆腐	米・砂糖・じゃが芋・小麦粉・植物油 砂糖	しそ・にんにく・マッシュルーム・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・白桃・ほうれん草・ブロッコリー 長ねぎ
7	水	○	バターロール (別:りんごジャム)	かつおカツ(ケチャップ)・焼きそば・かぶとかまぼこ・ポークウィンナー・卵サラダ・サイダー風ゼリー ◆ももゼリー・◆牛乳・コンソメスープ	543 k	カツオ・豚肉・魚肉・ウィンナー・鶏肉・卵 牛乳	小麦粉・植物油・砂糖 砂糖	りんご・人参・キャベツ・玉ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー もも・パセリ・キャベツ
8	木		〈お誕生会メニュー〉 ごま塩ごはん	えびカツ(ケチャップ)・ジャーマンポテト・ミートボール・ポークウィンナー・わかめサラダ・みかん ◆いちごジュース・◆牛乳・味噌汁(大根・人参)	664 k	えび・いか・ウィンナー・鶏肉・ツナ・わかめ 牛乳	ごま・米・植物油・小麦粉・じゃが芋・砂糖	玉ねぎ・パセリ・そら豆・人参・グリーンピース・コーン・みかん いちご・大根・人参
9	金		若菜ごはん	鶏の唐揚げ・春雨炒め・厚焼き玉子・三色ごま和え・洋梨 ◆牛乳・味噌汁(白菜・豆麴)	562 k	わかめ・鶏肉・豚肉・卵・油揚げ 牛乳	ごま・米・植物油・小麦粉・春雨・砂糖	大根若菜・きくらげ・玉ねぎ・人参・もやし・小松菜・洋梨 白菜
10	土		白ごはん	肉野菜炒め・ハッシュドポテト・笹かまぼこ・こんにゃく煮・黄桃	353 k	豚肉・魚肉・油揚げ	米・植物油・ごま・砂糖・小麦粉・じゃが芋	にんにく・人参・キャベツ・もやし・黄桃 生姜・生姜・いんげん・黄桃
12	月		のり香味ふりかけごはん	ハンバーグ(人参デミソース)・スマイルポテト・ポークウィンナー・ブロッコリー・切干大根煮・フルーツカクテル ◆牛乳・味噌汁(豆腐・わかめ)	553 k	のり・鶏肉・ウィンナー・油揚げ 牛乳・豆腐・わかめ	ごま・米・小麦粉・植物油・じゃが芋・砂糖	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・大根・フルーツ★1
13	火		昆布ごはん	ささみ磯辺フライ・ミートソースペンネ・ハムステーキ・ひじきサラダ・パイ ◆青りんごゼリー・◆牛乳・味噌汁(大根・人参)	610 k	昆布・鶏肉・青のり・豚肉・ハム・ひじき 牛乳	米・植物油・小麦粉・砂糖・ごま 砂糖	にんにく・玉ねぎ・そら豆・コーン・ごぼう・人参・枝豆・パイ りんご・大根・人参
14	水		〈お誕生会メニュー〉 バターロール (別:マーガリン)	チキンリング・鶏肉と白菜のシチュー・ミートボール・ポテトサラダ・チーズ・みかん ◆ミニエクレア・◆牛乳・コンソメスープ	656 k	鶏肉・チーズ 卵・牛乳	小麦粉・植物油・砂糖・じゃが芋 チョコレート	玉ねぎ・白菜・人参・みかん コーン・パセリ
15	木		ゆかりごはん	メンチカツ・野菜炒め・トマトかまぼこ・がんも煮・黄桃 ◆牛乳・味噌汁(キャベツ・油揚げ)	537 k	鶏肉・豚肉・かまぼこ・がんもどき 牛乳・油揚げ	米・植物油・小麦粉・砂糖	しそ・玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし・黄桃 キャベツ
16	金		白ごはん	厚揚げのそぼろあん・野菜春巻き・えびしゅうまい・おひたし・りんご煮 ◆ライチゼリー・◆牛乳・味噌汁(さつま芋・長ねぎ)	568 k	豚肉・厚揚げ・魚肉・えび・油揚げ 牛乳	米・砂糖・小麦粉・植物油 砂糖・さつま芋	生姜・長ねぎ・キャベツ・人参・たけのこ・ら・玉ねぎ・白菜・ほうれん草・りんご ライチ・長ねぎ
17	土		野菜ごまごはん	チキンナゲット(ソース)・星しんじょ・ブロッコリー・さつまいも・和風マカロニサラダ・洋梨	388 k	青のり・鶏肉・豆乳・豆腐・魚肉・ツナ	ごま・小麦粉・米・植物油・さつま芋・砂糖	人参・玉ねぎ・かぼちゃ・ほうれん草・ブロッコリー・コーン・グリーンピース・洋梨
19	月	○	白ごはん	ミニキーマカレー・えびフライ・ミートボール・じゃぶ(郷土料理)・パイ ◆牛乳・味噌汁(キャベツ・人参)	534 k	豚肉・えび・鶏肉・豆腐・油揚げ 牛乳	米・植物油・小麦粉・砂糖	にんにく・玉ねぎ・人参・ごぼう・パイ 人参・キャベツ
20	火		ごま青菜ごはん	豚肉の野菜巻き(ソース)・金平ごぼう・ミニチキン・ピーマンサラダ・オレンジ ◆ももゼリー・◆牛乳・味噌汁(豆腐・わかめ)	558 k	豚肉・鶏肉・ツナ・わかめ 牛乳・豆腐・わかめ	ごま・米・植物油・小麦粉・砂糖 砂糖	大根菜・人参・いんげん・ごぼう・オレンジ もも
21	水		バターロール (別:いちごジャム)	お魚唐揚げ・ポークウィンナー・ポテト・ブロッコリー・ひじきとれんこんの煮物・黄桃 ◆ヨーグルト・◆牛乳・コンソメスープ	527 k	魚肉・ウィンナー・油揚げ・ひじき 牛乳	小麦粉・植物油・じゃが芋・砂糖	いちご・ブロッコリー・れんこん・人参・黄桃 玉ねぎ・パセリ
22	木		ごま塩ごはん	煮込みハンバーグ・マカロニソテー・オムレツ・根菜サラダ・白桃 ◆牛乳・味噌汁(白菜・高野豆腐)	529 k	鶏肉・豚肉・ウィンナー・卵 牛乳・高野豆腐	ごま・米・砂糖・小麦粉・植物油	玉ねぎ・トマト・マッシュルーム・そら豆・コーン・ごぼう・人参・れんこん・白桃 白菜
23	金	○	味かつおふりかけごはん	鶏の西京焼き・ピーマン炒め・スマイルポテト・コールスローサラダ・フルーツカクテル ◆ぶどうゼリー・◆牛乳・味噌汁(大根・人参)	549 k	鯉節・鶏肉・豚肉 牛乳	ごま・米・小麦粉・植物油・じゃが芋・砂糖 砂糖	人参・きくらげ・玉ねぎ・ピーマン・コーン・キャベツ・フルーツ★1 ぶどう・大根・人参
24	土	○	白ごはん	ハッシュドポーク・野菜コロッケ・ミニウィンナー・おひたし・グレープフルーツ	403 k	豚肉・ウィンナー・油揚げ	米・植物油・小麦粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・白菜・ほうれん草・グレープフルーツ
26	月		ゆかりごはん	恐竜チキンナゲット・スパゲティナポリタン・ポテト・ブロッコリーサラダ・黄桃 ◆牛乳・味噌汁(白菜・豆麴)	522 k	鶏肉・ウィンナー 牛乳	米・植物油・小麦粉・じゃが芋・砂糖	しそ・マッシュルーム・ピーマン・玉ねぎ・パセリ・コーン・人参・ブロッコリー・黄桃 白菜
27	火		のりおかごはん	コーンコロッケ・焼きそば・笹かまぼこ・若竹煮・パイ ◆青りんごゼリー・◆牛乳・味噌汁(じゃが芋・人参)	570 k	のり・鯉節・豚肉・かまぼこ・わかめ 牛乳	米・じゃが芋・小麦粉・植物油・砂糖 砂糖・じゃが芋	コーン・人参・キャベツ・玉ねぎ・たけのこ・パイ りんご・人参
28	水		バターロール (別:チョコ)	豚肉の甘辛煮・お好み焼き・肉焼売・海藻サラダ・みかん ◆プリン・◆牛乳・コンソメスープ	592 k	豚肉・こうや豆腐・鶏肉・たら・わかめ 牛乳	小麦粉・砂糖・植物油 砂糖	玉ねぎ・キャベツ・長ねぎ・生姜・コーン・大根・人参・みかん 人参・パセリ
29	木	○	鮭フレックごはん	鶏の竜田揚げ・ベーコンのスパゲティ・厚焼玉子・コーン&グリーンピースソテー・りんご煮 ◆牛乳・味噌汁(豆腐・わかめ)	567 k	鮭・鶏肉・ベーコン・卵・ウィンナー 牛乳・豆腐・わかめ	米・植物油・小麦粉・砂糖	にんにく・キャベツ・グリーンピース・コーン・玉ねぎ・人参・りんご
30	金	○	チキンカレーごはん	イカフライ・ミートボール・いんげん ◆りんごゼリー・◆牛乳	533 k	鶏肉・いか 牛乳	米・じゃが芋・植物油・砂糖・小麦粉 砂糖	にんにく・玉ねぎ・人参・いんげん・りんご りんご
31	土		野菜ごまごはん	棒ぎょうざ・マーボー春雨・くるくるポテト・三色和え・オレンジ	359 k	青のり・豚肉・	ごま・小麦粉・米・植物油・砂糖・春雨・じゃが芋	人参・キャベツ・白菜・玉ねぎ・にんにく・たけのこ・いんげん・オレンジ

※ 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時までお召し上がりください。

※ 魚は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

※ 郷土料理は鳥取県の「じゃぶ」(19日)です。

※ 旬食材は「そらまめ」です。

★1フルーツの果物は、桃・梨・パイナップル・ぶどう・チェリーです。