

令和5年度 5月 献立表 岡崎幼稚園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 ご飯 米40 野菜炒め 豚肉30 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 赤味噌1 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.3 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン いよかん	2 ご飯 米40 松風焼き 鶏ミンチ35 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油1 たけのこの土佐煮 たけのこ30 人参20 絹さや3 花かつお1 みりん2 酒1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	3 (憲法記念日) 休 園 日	4 (みどりの日) 休 園 日	5 (こどもの日) 休 園 日	6 スパゲティ+ポリタン スパゲティ(小麦)30 豚肉15 玉葱25 ピーマン5 ソース2 カットマト20 トマト20 塩0.3 ケチャップ8 油1 ポテトサラダ じゃが芋50 冷コーン8 人参5 砂糖0.5 マヨドレ8 塩0.3 野菜スープ キャベツ20 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン
マカロニ黄粉 マカロニ 黄粉 砂糖 牛乳 ※おせんべい	ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 苺ジャム 牛乳 ※チーズ				かつおおにぎり 米 花かつお 醤油 みりん 炒り小魚 ※フルーン
8 ご飯 米40 マーボー豆腐 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 酒1 油0.3 たたきごぼう ごぼう30 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩 味噌汁 キャベツ15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	9 ご飯 米40 おからボール おから10 鶏ミンチ10 牛蒡8 豚ミンチ5 ひじき1 豆腐2.5 油 醤油2 砂糖1 片栗粉5 春雨の中華サラダ 春雨7 きゅうり8 人参5 無添加ハム5 ごま2 砂糖0.8 ごま油2 酢1.5 塩0.3 醤油1 味噌汁(非常用) えのき15	10 こぎつねご飯 米45 油揚げ5 たけのこ10 絹さや2 卵20 ちりめんじゃこ1.5 ごま1 醤油2 みりん1 酒1 だし昆布 鶏と高野豆腐の炊き合わせ 鶏30 高野豆腐8 砂糖1.5 人参20 三度豆2.5 酒2 醤油2 みりん1 清汁 麩(小麦)1 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお	11 ご飯 米40 鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2 ひじきと大豆の煮物 ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	12 ゆかりご飯 米40 ゆかり 豚肉とふきとたけのこの煮物 豚肉18 たけのこ25 ふき10 ぜんまいの水煮15 油揚げ6 人参10 砂糖1.5 醤油2 油0.8 みりん1 酒2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	13 ご飯 米40 肉じゃが 牛肉20 じゃが芋50 玉葱25 人参12 三度豆3 砂糖1 醤油2 油0.5 酒2 みりん2 味噌汁 キャベツ15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布 いよかん
じゃが芋のバター焼き じゃが芋 バター 塩 フルーン 牛乳 ※おせんべい	ミルクパン(市販) (小麦・卵・乳) 牛乳 ※いちご	ピザトースト 食パン(小麦・乳) 玉葱 無添加ベーコン ピーマン チーズ マヨドレ ケチャップ 牛乳 ※フルーン	よもぎだんご 団子粉 よもぎ 砂糖 黄粉 塩 豆腐 牛乳 ※バナナ	フルーツヨーグルト ヨーグルト いちご パナナ みかん缶 砂糖 クラッカー(市販) ※チーズ	手作りクッキー 小麦粉 バター 砂糖 BP 牛乳 牛乳 ※フルーン
15 ご飯 米40 鯖の照り焼き 鯖50 砂糖1 醤油2 酒4 みりん4 切干大根の煮付け 切干大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩0.2 味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	16 (幼児弁当) ひじきご飯 米40 乾ひじき0.8 人参6 ちりめんじゃこ2 油揚げ7 油0.5 醤油2 砂糖0.2 塩 みりん1 酒1 出し昆布 厚揚げのそぼろ煮 厚揚げ40 鶏ミンチ10 人参20 玉葱20 三度豆 砂糖1 醤油2 生姜0.5 酒1 みりん1 片栗粉0.5 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	17 かりかりバケット (小麦) クリームシチュー 豚肉20 じゃが芋40 玉葱30 塩0.5 ほうれん草4 牛乳90 油 人参20 バター3 小麦粉4 レタスとツナのごま酢あえ レタス20 もやし30 ツナ5 ごま2 醤油2 わかめ0.5 砂糖1 酢2	18 ご飯 米40 和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉2 玉葱15 青葱3 醤油0.5 キャベツの土佐和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 花かつお 砂糖1 醤油2 味噌汁 えのき15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	19 ご飯 米40 かみなり揚げ 豆腐45 卵8 ツナ8 干椎茸1 玉葱20 片栗粉5 醤油2 塩0.2 酢の物 きゅうり40 ちりめんじゃこ3 乾わかめ0.3 人参3 酢2 砂糖1 醤油1 塩 味噌汁(非常用) 麩(小麦)1	20 かやくうどん 干しうどん30 鶏肉15 干椎茸1 人参8 塩0.3 油揚げ5 青葱3 醤油2 煮干 出し昆布 かぼちゃのそぼろ煮 かぼちゃ40 鶏ミンチ10 玉葱15 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 酒1 片栗粉0.5 煮干し いよかん
マカロニ黄粉 マカロニ 黄粉 砂糖 牛乳 ※おせんべい	レースンスティック 強力粉 レーズン 砂糖 塩 バター ドライイースト 牛乳 ※フルーン	のりおにぎり 米 のり 塩 焼きそば豆 炒り小魚 ※チーズ	ヨーグルト(市販) おせんべい ※牛乳	甘夏みかん かりかりトースト (小麦・乳) 牛乳 ※バナナ	梅干おにぎり 米 梅干 チーズ ※牛乳

月曜日 22 ご飯	火曜日 23 (誕生日会) どうもろこしごはん	水曜日 24 ご飯	木曜日 25 カリカリトースト	金曜日 26 豆ごはん	土曜日 27 やきそば
米40 五目豆腐 豆腐60 豚肉15 玉葱25 人参10 絹さや3 干椎茸1 油0.3 酒2 醤油2 砂糖1 塩0.2 片栗粉1.2 生姜 たたきごぼう ごぼう30 ごま2 砂糖1 醤油1 酢1.5 塩 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.3 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン	米40 冷コーン20 塩0.3 白身魚のフライ 白身魚50 塩0.3 卵3 パン粉3 小麦粉2 油5 ソース3 ケチャップ3 キャベツのゆかり和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 ゆかり0.5 砂糖0.3 醤油0.8 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布 メロン	米40 豚肉のしょうが炒め 豚肉35 玉葱45 生姜0.5 砂糖1 みりん2 醤油2 酒2 納豆和え ほうれん草30 もやし30 納豆8 砂糖0.8 醤油3 味噌汁 まいたけ15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	食パン(小麦・乳) ベーコンチャウダー 無添加ベーコン13 キャベツ25 牛乳80 玉葱25 人参13 クリームコーン缶25 小麦粉3 バター2.5 塩1 油 ごぼうサラダ ごぼう25 冷コーン8 ちりめんじゃこ2 きゅう マヨドレ8 砂糖0.5 醤油0.5 ごま2 塩0.2	米40 えんどう豆25 塩0.3 出し昆布 松風焼き 鶏ミンチ35 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油1 三色土佐和え 小松菜40 人参10 えのき10 花かつお1 砂糖0.8 塩0.1 醤油2 味噌汁(非常用) 麩(小麦)1	中華麺(小麦)30 豚肉15 玉葱20 もやし15 塩0.3 人参5 ピーマン5 ソース5 キャベツ20 青のり0.1 花かつお たたききゅうり きゅうり40 ごま2 砂糖1 醤油2 酢2 塩 ごま油1 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布
ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 毎ジャム 牛乳 ※レーズン	手作りクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 B.P ココア 牛乳 ※おせんべい	みかんゼリー みかんジュース 砂糖 アガー みかん缶 きらずあげ (小麦) 牛乳 ※フルーン	鮭おにぎり 米 鮭フレーク 炒り小魚 ※チーズ	おからドーナツ (小麦・卵・乳) フルーン 牛乳 ※バナナ	ゆかりおにぎり 米 ゆかりふりかけ チーズ ※牛乳
米40 鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2 ひじきと大豆の煮物 ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	カレーライス 米40 牛肉20 玉葱40 人参20 じゃが芋40 油3 塩0.2 醤油0.3 カレールウ5 レーズンサラダ キャベツ20 きゅうり10 レーズン3 レタス15 みかん缶10 オリーブ油2 酢2 砂糖0.5 塩0.3	スパゲティ+ポリタン スパゲティ(小麦)30 豚肉15 玉葱25 ピーマン5 ソース2 カットトマト20 油1 塩0.3 ケチャップ8 トマト20 ポテトサラダ じゃが芋50 冷コーン8 人参5 きゅうり8 砂糖0.5 マヨドレ8 塩0.3 野菜スープ キャベツ20 人参10 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン			
ミルクもち 牛乳 片栗粉 黄粉 砂糖 牛乳 ※フルーン	ボンテ・シロゴマ 白玉粉 小麦粉 豆腐 BP 砂糖 塩 油 ごま 牛乳 ※バナナ	かつおおにぎり 米 花かつお 醤油 みりん チーズ ※牛乳			

新年度が始まって1ヶ月が過ぎ、子ども達も楽しく給食を食べています。
4月に「キャベツのゆかり和え」を新しく献立に取り入れたのが子ども達にも人気だったので、作り方を紹介します。

〈材料〉…大人2人分

- ・キャベツ 1/6玉(約100g) ・人参1/4本(約15g) ・きゅうり 1/4本(約15g)
- ・ゆかりふりかけ 1g ・醤油 小さじ1

〈作り方〉

1. キャベツは食べやすい大きさに切りさっと洗います。人参は短冊切りします。
耐熱容器に入れ、電子レンジ600w約2～2分半加熱し冷まします。
2. きゅうりは縦半分に切り斜め切りします。
3. 1の水気を絞り、ボウルに材料すべて混ぜあわせ、味を調えるとできあがりです。

さっぱりとした味付けなので、これから暑くなっていく季節にピッタリ!!
お弁当の1品にもなるので、お家でも作ってみてくださいね。

※非常食入れ替えのため、9日・19日・26日 非常用味噌汁を使用します。



※印は乳児の朝のおやつです。
材料横の数字は、幼児1人分の分量です。
(乳児は4/5(80%)になります。)
※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。

