



メニュー表



2025年05月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
1日 (木)	ご飯 焼肉風炒め 甘芋 野菜のマヨ和え	精白米 三温糖 さつまいも 油 きび砂糖 マヨレ	豚肉 味噌	たまねぎ にんじん キャベツ だいこん ブロッコリー	471	14.9	16.7	0.8
2日 (金)	ケチャップライス 鶏肉の唐揚げ ブロッコリー添え コンソメスープ(玉ねぎ・人参)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 めんつゆ	鶏肉 豚肉	トマトケチャップ たまねぎ にんじん レーズン しょうが にんにく ブロッコリー	435	16.7	14.1	1.4
 こどもの日お祝いメニュー♪ 								
7日 (水)	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 青りんごゼリー	精白米 きび砂糖 酢 片栗粉 三温糖 青りんごゼリー	鶏肉 豚肉 高野豆腐	たまねぎ トマトケチャップ にんじん いんげん	380	12.2	7.9	0.7
8日 (木)	ご飯 チキンカツ マカロニソテー カレービーンズ	精白米 パン粉 マカロニ 油 カレールウ	鶏肉 青のり 大豆 豚肉	たまねぎ にんじん グリーンピース	416	14.7	12.9	0.7
12日 (月)	ご飯 豚肉とごぼうのうま煮 厚揚げの甘味噌焼き 大根のおかか和え	精白米 三温糖 めんつゆ	豚肉 厚揚げ 味噌 かつお節	しょうが たまねぎ にんじん ごぼう だいこん	418	16.2	14.3	0.7
13日 (火)	中華飯 焼きかぼちゃ マスカットゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 油 きび砂糖 マスカットゼリー	豚肉	たまねぎ にんじん はくさい かぼちゃ	425	9.6	7.4	1.4
14日 (水)	ご飯 チーズハンバーグ ブロッコリー添え 和風スパゲティ	精白米 きび砂糖 マヨレ スパゲッティ 油	鶏肉 豚肉 チーズ ベーコン	たまねぎ トマトケチャップ ブロッコリー にんじん ほうれん草	401	15.4	12.5	0.8
15日 (木)	ご飯 鶏肉の白味噌焼き 人参しりしり もやしの信田和え	精白米 三温糖 ごま油 めんつゆ	鶏肉 味噌 卵 油揚げ	にんじん もやし いんげん	355	15.4	9.9	0.7
16日 (金)	大豆ミートのキーマカレー 彩りサラダ	精白米 カレールウ ごまドレッシング きび砂糖	豚肉 大豆ミート	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー	409	11.8	6.7	1.3
19日 (月)	ご飯 メンチカツ キャベツ添え 野菜の金平	精白米 パン粉 めんつゆ 三温糖 ごま	鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう いんげん	366	9.5	11.0	0.7
20日 (火)	焼きそば ブロッコリーサラダ オレンジゼリー	中華めん 三温糖 油 マヨレ アマニ油 オレンジゼリー	豚肉	キャベツ にんじん ブロッコリー ホールコーン	342	10.9	12.3	1.0
21日 (水)	ご飯 照り焼きチキン 大豆のチリコンカン 春雨サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 はるさめ 酢 ごま油	鶏肉 大豆 豚肉	たまねぎ トマトソース トマトケチャップ にんにく しょうが にんじん きゅうり	411	17.4	11.6	0.7



メニュー表



2025年05月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
23日 (金)	ご飯 さばの味噌かけ ひじきの煮付け 三色ナムル	精白米 三温糖 めんつゆ ごま油	さば 味噌 ひじき 鶏肉	にんじん だいこん ブロッコリー	319	13.5	8.1	0.4
26日 (月)	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮付け キャベツとコーンのサラダ	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 酢	豚肉	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ キャベツ ホールコーン	408	14.0	11.5	0.8
27日 (火)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) 青のりポテト キャロットサラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも 油 マヨネーズ アミノ油	鶏肉 豚肉 青のり ツナ 	たまねぎ トマトケチャップ にんじん いんげん	379	12.1	12.3	0.3
28日 (水)	麻婆飯 もやしの和え物 ピーチゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 ごま油 めんつゆ ピーチゼリー	豆腐 豚肉 味噌	たまねぎ しょうが にんにく もやし にんじん	382	12.3	6.3	1.3
29日 (木)	ご飯 白身魚フライ 野菜と鶏レバーの炒め物 マカロニサラダ	精白米 パン粉 油 きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨネーズ	たら 鶏肉	にんじん もやし こら キャベツ	395	12.5	11.0	0.5
30日 (金)	カレーライス 野菜のごま風味サラダ	精白米 じゃがいも カレーウ めんつゆ ごま	豚肉	たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー	410	9.7	8.5	1.2
平均					395	13.2	10.8	0.9

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。

※持ち物 給食の日:箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
お弁当の日:お弁当、箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
家で箸を使っていない場合、持たせないでください。

※9日(金)・22(木)は全員お弁当持参になりますので、お弁当の用意をお願いします。