



メニュー表



2026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 (金) | ケチャップライス 牛肉入りコロッケ ブロッコリー添え 野菜スープ  | 精白米 三温糖 きび砂糖 じゃがいも パン粉 めんつゆ | 鶏肉 豚肉 牛肉 | トマトケチャップ たまねぎ にんじん レースン ブロッコリー | 380 | 11.0 | 9.3 | 1.4 |
|  こどもの日お祝いメニュー♪ | | | | | | | | |
| 7日 (木) | ご飯 豚肉と野菜のうま煮 焼き厚揚げ 春雨の和え物 | 精白米 三温糖 きび砂糖 はるさめ 酢 ごま油 | 豚肉 厚揚げ | しょうが たまねぎ にんじん ほうれん草 | 432 | 15.8 | 14.4 | 0.8 |
| 8日 (金) | 大豆ミートのキーマカレー 野菜のごま風味サラダ マスカットゼリー  | 精白米 カールウ ごまドレッシング きび砂糖 マスカットゼリー | 豚肉 大豆ミート | たまねぎ にんじん キャベツ | 432 | 11.5 | 6.8 | 1.3 |
| 11日 (月) | ご飯 鶏肉の白味噌焼き ジャーマンポテト ミネラルサラダ | 精白米 じゃがいも 油 めんつゆ | 鶏肉 味噌 ベーコン わかめ | たまねぎ キャベツ にんじん | 367 | 15.3 | 10.4 | 0.5 |
| 13日 (水) | 焼きそば 甘芋 ブロッコリーサラダ | 中華めん 三温糖 油 さつまいも きび砂糖 めんつゆ | 豚肉 | キャベツ にんじん ブロッコリー | 368 | 11.4 | 12.5 | 1.3 |
| 14日 (木) | ご飯 ハンバーグ(デミタソース) マカロニソテー キャベツのサラダ | 精白米 ハヤシルウ マカロニ 油 ごまドレッシング きび砂糖 | 鶏肉 豚肉 青のり | たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり | 348 | 12.2 | 9.2 | 0.4 |
| 15日 (金) | わかめご飯 ほっけのみりん焼き 金平にんじん 彩りサラダ | 精白米 三温糖 ごま ごま油 きび砂糖 油 酢 アマニ油 | わかめ ほっけ 油揚げ | にんじん だいこん キャベツ ブロッコリー ホールコーン | 348 | 13.5 | 4.0 | 1.4 |
| 18日 (月) | ご飯 メンチカツ ひじきの煮付け チーズ入りサラダ | 精白米 パン粉 三温糖 マヨレ | 鶏肉 豚肉 ひじき 鶏肉 チーズ | たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー | 392 | 11.0 | 13.7 | 0.8 |
| 19日 (火) | ご飯 鶏肉の照り焼き(のり風味) ケチャップパスタ 野菜のごま風味サラダ | 精白米 きび砂糖 片栗粉 スパゲッティ 油 めんつゆ ごま | 鶏肉 のり | トマトケチャップ キャベツ にんじん | 385 | 15.5 | 9.7 | 0.7 |
| 20日 (水) | ご飯 回鍋肉 もやしの信田和え ピーチゼリー | 精白米 三温糖 片栗粉 めんつゆ ピーチゼリー | 豚肉 味噌 油揚げ | にんじん キャベツ もやし ほうれん草 | 388 | 13.2 | 11.4 | 0.4 |



メニュー表



2026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 | | | | |
| 21日 (木) | ご飯 赤魚の黄金焼き 高野豆腐と野菜の煮物 春雨サラダ | 精白米 三温糖 マヨレ きび砂糖 はるさめ 酢 ごま油 アマニ油 | 赤魚 高野豆腐 | トマトケチャップ にんじん たまねぎ いんげん きゅうり | 306 | 13.1 | 4.9 | 0.7 |
| 22日 (金) | ご飯 豆腐ハンバーグ(ケチャップソース) 鶏レバーの甘辛煮 マカロニサラダ | 精白米 きび砂糖 片栗粉 マカロニ マヨレ | 鶏肉 豆腐 | たまねぎ トマトケチャップ キャベツ にんじん | 329 | 12.1 | 5.7 | 0.5 |
| 25日 (月) | ご飯 鶏肉の唐揚げ 野菜の金平 キャベツとコーンのサラダ | 精白米 片栗粉 油 三温糖 ごま めんつゆ | 鶏肉 | しょうが にんにく にんじん ごぼう いんげん キャベツ ホールコーン | 393 | 14.4 | 13.4 | 0.5 |
| 26日 (火) | 中華飯 青のりポテト マスカットゼリー | 精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 じゃがいも マスカットゼリー | 豚肉 青のり | トマトケチャップ たまねぎ にんじん はくさい | 404 | 9.2 | 7.7 | 1.3 |
| 27日 (水) | ぞうやまカレー コールスローサラダ バナナ | 精白米 じゃがいも カレールウ マヨレ きび砂糖 酢 | 豚肉 | たまねぎ にんじん キャベツ バナナ | 460 | 10.1 | 13.8 | 1.3 |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">ぞうやまカレー♪</div>  | | | | | | | | |
| 28日 (木) | ご飯 豚肉の生姜炒め 焼きかぼちゃ もやしのサラダ ぞうやま味噌汁 (玉ねぎ・キャベツ) | 精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 油 めんつゆ | 豚肉 味噌 | たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ もやし きゅうり キャベツ | 429 | 14.9 | 13.3 | 1.2 |
| 平均 | | | | | 385 | 12.7 | 10.0 | 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、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。

※12日(火)・29日(金)は全員お弁当持参になります。お弁当の用意をお願いします。

※ぞうやまカレー:27日(水)ぞうやまカレー作りの日です。年中児は野菜の皮むき、年長児は野菜を包丁で切るお手伝いをしますので、エプロン・三角巾を持たせてください。