

5月給食献立予定表

いわき短期大学附属幼稚園

日	曜	献立名	栄養価		おもな材料
			熱量	たんぱく質	
1	水	豚肉の衣揚げ 青菜のツナ和え 牛乳	273	12.9	豚肉 しょうが キャベツ 小松菜 きゅうり ツナ コーン缶
2	木	焼肉 ポテトサラダ 牛乳	259	12.6	豚肉 しょうが ピーマン たまねぎ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶
7	水	ハムエッグフライ 中華和え 牛乳	264	12.9	ハム 卵 キャベツ もやし にんじん きゅうり わかめ コーン缶
8	木	ポークピカタ ごま和え 果物 牛乳	271	12.9	豚肉 卵 キャベツ ほうれん草 ごま オレンジ
9	金	ちくわ磯辺天 煮物 牛乳	253	12.6	ちくわ 卵 じゃがいも 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん
12	月	コロッケ 麻婆春雨 牛乳	249	12.4	じゃがいも たまねぎ キャベツ 春雨 にんじん 豚ひき肉 もやし にら
13	火	豚肉のみそ焼き スパゲティサラダ 果物 牛乳	261	12.8	豚肉 キャベツ スパゲティ にんじん かにかま きゅうり コーン缶 パイナップル
14	水	チキンカツ 切昆布煮 牛乳	273	13.1	鶏肉 卵 キャベツ 切昆布 にんじん 糸こんにゃく さつまあげ
15	木	ベーコン焼 野菜炒め 牛乳	252	12.7	ベーコン キャベツ 豚ひき肉 にんじん たまねぎ チンゲン菜
16	金	鶏肉の唐揚げ 三色和え 果物 牛乳	258	13	鶏肉 しょうが 卵 キャベツ もやし にんじん きゅうり バナナ
19	月	魚のフライ 煮物 牛乳	267	12.8	魚 じゃがいも にんじん 豚肉 たまねぎ 糸こんにゃく
20	火	肉団子 マカロニサラダ 果物 牛乳	271	13	豚ひき肉 卵 たまねぎ キャベツ マカロニ ハム きゅうり コーン缶 オレンジ
21	水	かき揚げ さつまいもの甘煮 牛乳	258	12.9	ムキエビ たまねぎ 卵 きぬさや 舞茸 さつまいも
22	木	カレー フルーツヨーグルト 牛乳	266	12.8	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ヨーグルト バナナ みかん缶 パイン缶
26	月	ウインナーソーテー スパゲッティナポリタン 牛乳	262	12.9	ウインナー キャベツ スパゲティ 豚ひき肉 にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム
27	火	イカフライ 中華春雨 牛乳	269	13	いか キャベツ 春雨 にんじん きゅうり ハム コーン缶 みかん缶
28	水	麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ 果物 牛乳	252	12.7	豆腐 豚ひき肉 たまねぎ ブロッコリー かまぼこ コーン缶 バナナ
29	木	メンチカツ きんぴらごぼう 牛乳	257	12.8	豚ひき肉 たまねぎ キャベツ ごぼう にんじん ごま
30	金	煮魚 煮物 牛乳	255	12.5	魚 大根 にんじん ベーコン たまねぎ 厚揚げ



四月のお給食は子供達の好きな食べなれた献立にしたせいか
ほとんどの子供達が食べたようです。今月も楽しい雰囲気の中
で好き嫌いなく、食べれるようにしていきたいと思ひます。

