

令和6年度5月

けんきこ

保育園



日	曜	献立名	ざいりょう			乳児のおやつ
			あか	みどり	き	午後のおやつ
1	水	麦ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		麦ごはん	ソフトせんべい
		マーボ豆腐	豚肉 豆腐 みそ	にんじん 玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぷん	
		しゅうまいの甘酢あんかけ (2個)	豚肉 鶏肉 たら 大豆	玉ねぎ	砂糖 でんぷん ごま油 パン粉 小麦粉	ビスケット
		ツナとチンゲン菜の炒め物	まぐろ	チンゲン菜 キャベツ たけのこ エリンギ	砂糖	
2	木	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん	かぼちゃボーロ
		若竹汁	豆腐 わかめ	にんじん たけのこ 玉ねぎ ねぎ えのきたけ		
		かぶと型ハンバーグのたれかけ	鶏肉 豚肉 大豆	玉ねぎ	砂糖 でんぷん	青のりせんべい パイ菓子
		ちらしずしの具	ちくわ	にんじん 切り干し大根 しいたけ	砂糖	
		★こどもの日デザート 	豆乳	りんご	砂糖	
7	火	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん	クリームクラッカー
		新たまねぎのみそ汁	豚肉 豆腐 油揚げ	玉ねぎ 大根 ごぼう ねぎ えのきたけ		
		いわしのしょうが煮	みそ いわし	しょうが	砂糖 でんぷん	野菜ジュース 塩せんべい
		もやしのお浸し	鶏肉	にんじん もやし	ごま 砂糖	
8	水	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん	ソフトあられ
		八宝湯	豚肉 いか えび	にんじん 白菜 玉ねぎ たけのこ しょうが チンゲン菜 しいたけ	ごま油 砂糖 でんぷん	
		春巻き	豚肉	にんじん たら キャベツ もやし エリンギ	菜種油 大豆油 ごま油 でんぷん 小麦粉	おからかりんとう
		甘夏ポンチ		甘夏みかん 黄桃 パイン	砂糖	
9	木	麦ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		麦ごはん	ヨーグルト
		肉じゃが	豚肉	にんじん 玉ねぎ さやいんげん こんにゃく	じゃがいも 砂糖	
		野菜はんぺんのごまだれかけ	はんぺん	にんじん キャベツ とうもろこし しょうが	ごま 砂糖 でんぷん	揚げせんべい
		キャベツのたくあん和え		たくあん キャベツ きゅうり もやし	砂糖	
10	金	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん	むらさきいもせんべい
		実だくさん汁	鶏肉 豆腐	にんじん 大根 ごぼう ねぎ こんにゃく	でんぷん	
		けんちん信田の肉みそかけ (年少まで1/2個)	豚肉 鶏レバー たら みそ 豆腐 油揚げ ひじき	にんじん	砂糖 でんぷん 植物油	プレッツェル
		ひじきと大豆の炒め煮	ひじき 大豆 ちくわ	枝豆 にんじん	砂糖 ごま油	
11	土	おにぎり			おにぎり	焼き菓子
		えんぴつソーセージ <small>デザート</small>	魚肉ソーセージ		デザート	せんべい
13	月	わかめごはん <small>牛乳</small>	牛乳		わかめごはん	クラッカー
		玉ふ汁	豆腐 かまぼこ	玉ねぎ ねぎ えのきたけ	玉ふ	
		コロッケ		にんじん かぼちゃ 玉ねぎ 枝豆	じゃがいも 砂糖 菜種油 小麦粉 パン粉 植物油	ラスク
		小松菜の大豆和え	大豆 ハム	小松菜 にんじん キャベツ	砂糖	
		★お祝いいちごゼリー 	豆乳	いちご	砂糖 植物油	
14	火	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん	米菓子
		卵コーンスープ	鶏肉 卵	とうもろこし にんじん パセリ 玉ねぎ	でんぷん	
		ウインナーのトマトソースかけ	ウインナー	トマト	砂糖	ビスケット
		ほたてと野菜の炒め物	ほたて	小松菜 キャベツ たけのこ しめじ	砂糖 ごま油	
15	水	ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		ごはん	こめ粉クッキー
		豚肉と大根の煮物	豚肉 揚げはんぺん こんにゃく	にんじん 大根 さやいんげん こんにゃく	砂糖	
		青じそ入りあじフライ	あじ	しそ	パン粉 小麦粉 菜種油 でんぷん	発酵乳 (ストロベリー) サラダせんべい
		卵の花の炒り煮	鶏肉 おから ちくわ	にんじん 枝豆	砂糖	
16	木	麦ごはん <small>牛乳</small>	牛乳		麦ごはん	きな粉ウエハース
		ハヤシライス	豚肉	にんじん 玉ねぎ セロリ トマト にんにく エリンギ	砂糖 ルウ	
		グラタン	豆乳 おから	にんじん ほうれん草 玉ねぎ とうもろこし	じゃがいも 米粉 砂糖 でんぷん 植物油	こめ粉メープルマフィン
		アスパラガスのサラダ		アスパラガス キャベツ きゅうり とうもろこし	ごまドレッシング	

17日(金)から裏面になります。

17	金	中華めん	牛乳	牛乳		めん	プリン
		坦々めん		豚肉	にんじん チンゲン菜 もやし ねぎ たけのこ	ごま ごま油	
		焼きぎょうざの辛子しょうゆかけ(2個)		豚肉	にら キャベツ 玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぷん	
18	土	海藻の中華和え		わかめ こんぶ ぶりのり とさかのり	赤ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし 枝豆	砂糖 ごま油	しょうゆせんべい
		おにぎり				おにぎり	せんべい
20	月	えんぴつソーセージ	デザート	魚肉ソーセージ		デザート	焼き菓子
		ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	しょうゆせんべい
		のっぺい汁		鶏肉 豆腐 油揚げ	にんじん 大根 ごぼう ねぎ こんにゃく	でんぷん	
		レバー入りつくね(年中から2個)		鶏肉 鶏レバー	玉ねぎ	米粉 砂糖 菜種油 でんぷん	
いかときゅうりの酢の物		いか わかめ	きゅうり もやし とうもろこし	ごま 砂糖			
21	火	ごはん	牛乳	牛乳		麦ごはん	メープルビスケット
		カレーライス		豚肉	にんじん 玉ねぎ にんにく しょうが りんご	じゃがいも 小麦粉 菜種油 砂糖	
		鶏肉のハーブ焼き		鶏肉	バジル しょうが	オリーブ油	
		冷凍みかん			みかん		
22	水	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	ぶどうゼリー
		もずくスープ		鶏肉 もずく	にんじん チンゲン菜 玉ねぎ 白菜 しょうが しいたけ	ごま油	
		まぐろのねぎソース		まぐろ	ねぎ にんにく しょうが	でんぷん 米粉 砂糖 菜種油	
		春雨サラダ		ハム	キャベツ とうもろこし きゅうり もやし にんにく	春雨 砂糖 ごま ごま油	
23	木	サンドイッチバンズパン	牛乳	牛乳		パン	三角せんべい(しょうゆ)
		アスパラガス入りクリームスープ		鶏肉 牛乳 生クリーム チーズ	アスパラガス にんじん 玉ねぎ	じゃがいも 白いんげん豆 小麦粉 パター 菜種油	
		うす型ハンバーグのケチャップソースかけ		牛肉 豚肉 鶏肉	玉ねぎ	砂糖 パン粉 でんぷん	
		コールスローサラダ			キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング	
24	金	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	野菜ビスケット
		豆乳入り根菜のみそ汁		豆腐 わかめ みそ 豆乳	にんじん 大根 かぼちゃ 玉ねぎ ごぼう ねぎ えのきだけ		
		ししゃもフライのレモン風味		ししゃも	レモン	パン粉 小麦粉 砂糖 菜種油	
		切り干し大根の含め煮		豚肉 油揚げ 大豆	にんじん さやいんげん 切り干し大根	砂糖	
25	土	おにぎり				おにぎり	焼き菓子
		えんぴつソーセージ	デザート	魚肉ソーセージ		デザート	せんべい
27	月	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	さかなせんべい
		生揚げの旨煮		生揚げ 鶏肉 揚げはんぺん	にんじん 玉ねぎ 枝豆 しょうが	砂糖 でんぷん	
		ごぼう入りつくね(年中から2個)		鶏肉 大豆	玉ねぎ ごぼう	砂糖 でんぷん 菜種油	
		竹輪とたけのこの酢みそ和え		ちくわ みそ	たけのこ もやし きゅうり	ごま 砂糖	
28	火	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	クラッカー
		ポテトとキャベツのスープ		ウインナー	小松菜 にんじん キャベツ とうもろこし	じゃがいも	
		オムレツ		卵		でんぷん 砂糖 大豆油	
		チキンライスの具		鶏肉	にんじん 玉ねぎ エリンギ	オリーブ油	
29	水	小型ロールパン	牛乳	牛乳		パン	星型せんべい
		焼きそば		豚肉 いか あおのり 揚げはんぺん	にんじん 小松菜 キャベツ	めん 菜種油	
		アスパラガス入りメンチカツ		鶏肉 鶏レバー 大豆	アスパラガス 玉ねぎ	パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん 菜種油	
		フルーツのヨーグルト和え		ヨーグルト	みかん 黄桃 バイン	砂糖	
30	木	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	かぼちゃポーロ
		けんちん汁		鶏肉 豆腐 油揚げ	にんじん 大根 ごぼう ねぎ えのきだけ こんにゃく	でんぷん	
		さばの銀紙焼き		さば みそ		米粉 砂糖	
		ひじきの和え物		ひじき ハム	赤ピーマン キャベツ	砂糖 ごま油	
31	金	ごはん	牛乳	牛乳		ごはん	ももゼリー
		ひきずり		鶏肉 焼き豆腐 かまぼこ	にんじん 白菜 玉ねぎ ねぎ えのきだけ こんにゃく	砂糖	
		豆腐バーグのおろしかけ		豆腐 大豆 鶏肉	玉ねぎ 大根	砂糖 でんぷん	
		卵入り千草和え		卵	にんじん 小松菜 もやし	ごま 砂糖	

☆すべての食材を表記しているものではなく、加工食品については主な原料(1%以上)を表記しています。★は、業者配送です。

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。

☆令和3年9月よりアレルギー対応除去食(卵・乳)を提供しています。

献立や食に関するお問い合わせ等は給食センターへご連絡ください。阿久比町立学校給食センターAGUMOGU(あくもぐ) TEL48-5111 FAX48-5114

※令和6年4月から令和7年3月までの間、物価高騰に対応するため、町が食材価格高騰相当分を負担しています。



今月の阿久比町産の野菜は、小松菜です。



阿久比町のホームページに、『AGUMOGU(あくもぐ)給食レシピ50』を掲載しています。見てね♪

