



給与栄養量 (3歳児以上)	エネルギー 609 kcal	たんぱく質 24.3 g	脂質 16.8 g
------------------	-------------------	-----------------	--------------

2018.05.01 ココアンジュ新家

日	曜日	献立名	食材	おやつ	
1	29	火	豆ご飯 麻婆高野豆腐 筍のナムル わかめスープ 精白米、エンドウ豆、グリーンピース 豚ミンチ、高野豆腐、しめじ、えのき、ニラ、人参、鶏ガラ、甜麺醬、にんにく、生姜、片栗粉、胡麻油 筍、もやし、かいわれ、かにかま、にんにく、胡麻、胡麻油 わかめ、玉葱、人参、春雨、青ねぎ	野菜ジュース キム寒天 ス	
②	16	30	水	ご飯 赤魚のオランダ揚げ 温野菜 切り昆布の煮物 野菜スープ フルーツ 精白米 赤魚、玉葱、人参、パセリ、お好み焼き粉 ブロッコリー 切り昆布、ひじき、人参、大豆水煮、油揚げ じゃが芋、キャベツ、しめじ、えのき、小松菜、青ねぎ みかん缶	牛乳 チーズサンド
17	31	木	ひじきご飯 照り焼きチキン キャベツと塩昆布の和え物 こふき芋 味噌汁 フルーツ 精白米、ひじき、人参、油揚げ、グリーンピース 鶏もも、にんにく、生姜 キャベツ、人参、ちりめんじゃこ、桜エビ、胡瓜、塩昆布、胡麻 じゃが芋、青のり 高野豆腐、法蓮草、なめこ、青ねぎ バイン缶	バナナ豆乳 黒糖ミルク蒸しパン	
18	金	バターロールパン フルーツヨーグルト 焼きそば コーンスープ バターロールパン みかん缶、バナナ、バイン缶、桃缶、キウイ、りんご、ヨーグルト 中華そば、豚もも、豚バラ、キャベツ、人参、玉葱、もやし、焼きそばソース、青のり、かつお粉 コーンクリーム缶、コーン缶、スキムミルク、豆乳、ブイヨン、パセリ	牛乳 コーンマヨトースト		
19	土	フラワーデニッシュパン 牛乳 ビーフシチュー 温野菜 キャンディーチーズ フルーツ フラワーデニッシュパン 牛乳 牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、えのき、グリーンピース、ビーフシチューのルー ブロッコリー キャンディーチーズ バナナ			
7	21	月	ご飯 岩石揚げ 酢の物 豆乳スープ フルーツ 精白米 大豆水煮、ひじき、人参、グリーンピース、桜エビ、小麦粉、卵 胡瓜、わかめ、ツナ缶、もずく酢、胡麻 豚ミンチ、白菜、しめじ、えのき、人参、すり胡麻、青ねぎ、豆乳 みかん缶	牛乳 きな粉マカロニ	
8	22	火	ご飯 牛肉とアスパラの卵炒め 小松菜の煮びたし すまし汁 精白米 牛肉、アスパラ、卵、玉葱、筍、赤パプリカ、エリンギ、しめじ、えのき、プチトマト 小松菜、油揚げ、人参、桜エビ、高野豆腐 豆腐、わかめ、ひじき、三つ葉	野菜ジュース キム寒天 ス	
9	23	水	チキンカレーライス ツナとキャベツのサラダ フルーツ 精白米、鶏もも、玉葱、人参、じゃが芋、しめじ、えのき、グリーンピース、カレールー ツナ缶、キャベツ、ひじき、かにかま、胡瓜、コーン缶、赤パプリカ、レモン、マヨドレ バナナ	牛乳 チーズサンド	
10	24	木	筍ご飯 ちゃんぽん麺 ゆで卵 精白米、筍、鶏もも、人参、油揚げ、三つ葉 中華そば、豚もも、豚バラ、キャベツ、人参、コーン缶、木耳、かまぼこ、しめじ、青ねぎ、鶏ガラ、豆乳、にんにく 卵	バナナ豆乳 黒糖ミルク蒸しパン	
11	25	金	ご飯 生鮭の春野菜あんかけ 高野豆腐の含め煮 味噌汁 精白米 生鮭、春キャベツ、エンドウ豆、筍、人参、玉葱、かつお粉、片栗粉 高野豆腐、乾椎茸、人参、絹さや、グリーンピース、卵 厚揚げ、南瓜、しめじ、青ねぎ	牛乳 コーンマヨトースト	
12	26	土	スナックパン クリームシチュー 温野菜 フルーツ ゼリー 牛乳 スナックパン 鶏もも、玉葱、じゃが芋、人参、しめじ、えのき、グリーンピース、豆乳、スキムミルク、シチュールー ブロッコリー バナナ ニコニコゼリー 牛乳		
14	28	月	わかめとじゃこの和えご飯 肉じゃが 焼きビーフン 味噌汁 精白米、わかめ、ちりめんじゃこ、胡麻、胡麻油 牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、しめじ、えのき、糸莪、グリーンピース 豚ミンチ、玉葱、ビーフン、赤パプリカ、生椎茸、胡麻油 豆腐、油揚げ、青ねぎ	牛乳 きな粉マカロニ	

※2日は行事食になります (別紙参照)