

令和6年5月 さくらの木保育園 献立表

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
1 (水) 18 (土)	カレーうどん さつまいもの甘煮 トマト 果物	・うどん 豚肉 玉葱 人参 長葱 昆布鰹節 カレー粉 しょうゆ 塩 味醂 片栗粉 グリーンピース ・さつまいも 三温糖 しょうゆ ・トマト	牛乳 揚げおにぎり 米 黒砂糖 小麦粉 油 18日●クッキー せんべい	エネルギー 531kcal たんぱく質 16.9g
2 (木)	こいのぼりサンド 春巻き れんこんチップ 人参甘煮 コールスローサラダ そうめんスープ 果物	・■コッペパン ツナ缶 ハム チーズ きゅうり マヨネーズ グリンピース ・豚肉 人参 玉葱 筍 春雨 しょうゆ 塩 ピーマン 片栗粉 春巻きの皮 油 ・れんこん 油 塩 青のり ・人参 三温糖 塩 ・キャベツ コーン缶 塩 マヨネーズ ・そうめん 三つ葉 塩 しょうゆ 昆布鰹節	カルピス ちまき もち米 鶏肉 筍 長葱 いんげん 三温糖 しょうゆ 生姜 ごま油 塩	エネルギー 600kcal たんぱく質 19.2g
7 ・ 21 (火)	ロールパン チキンカツ 温野菜サラダ わかめスープ 果物	・■ロールパン ・鶏肉 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース 牛乳 ・南瓜 人参 ブロッコリー オリーブ油 塩 酢 胡椒 三温糖 ・玉葱 わかめ チンゲン菜 塩 しょうゆ 昆布鰹節	麦茶 菜飯おにぎり 米 酒 小松菜 鰹節 しょうゆ 胡麻油	エネルギー 505kcal たんぱく質 18.6g
8 ・ 22 (水)	ごはん 回鍋肉 茹でアスパラ 味噌汁 果物	・米 ・豚肉 キャベツ 筍 人参 ピーマン にんにく 生姜 胡麻油 酒 しょうゆ 三温糖 味噌 ・アスパラ 塩 ・豆腐 小松菜 長葱 味噌 煮干 油揚げ	牛乳 大学芋 さつまいも 油 三温糖 胡麻	エネルギー 536kcal たんぱく質 18.1g
9 ・ 23 (木)	ちゃんぽんうどん カリフラワーサラダ そら豆 果物	・うどん 豚肉 人参 白菜 筍 もやし 長葱 油 塩 しょうゆ にんにく 生姜 片栗粉 昆布鰹節 ほうれん草 ・カリフラワー きゅうり トマト 玉葱 塩 酢 三温糖 油 ・そら豆 塩	牛乳 じゃがバター じゃが芋 バター	エネルギー 534kcal たんぱく質 18.1g
10 (金)	炊き込みごはん 魚の魚田 お浸し 野菜汁 果物	・米 筍 しめじ 油揚げ しょうゆ 味醂 酒 塩 鰹出汁 海苔 ・かじき 味噌 三温糖 味醂 酒 油 ・小松菜 もやし 人参 しょうゆ 鰹節 ・大根 ごぼう れんこん しょうゆ 塩 昆布鰹節 長ねぎ	牛乳 ミルクベーグル ベーグル バター 三温糖 スキムミルク	エネルギー 552kcal たんぱく質 22.4g
11 ・ 25 (土)	ロールパン タンドリーチキン ジャーマンポテト 牛乳 果物	■ロールパン ・鶏肉 塩 しょうゆ にんにく 玉葱 カレー粉 ヨーグルト ・じゃが芋 ベーコン 玉葱 塩 こしょう 油 パセリ ・牛乳	飲むヨーグルト ●クッキー せんべい	エネルギー 554kcal たんぱく質 23.7g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます



・行事・材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。  
 ・1.2歳は午前中に牛乳を飲みます。・☆印は世界の料理今月はフランスです。



日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
13 ・ 27 (月)	ごはん 肉豆腐 ゆで野菜 味噌汁 果物	・米 ・豚肉 豆腐 人参 たけのこ 長葱 にんにく しょうゆ 三温糖 酒 味醂 塩 小松菜 油 ・キャベツ もやし ・玉葱 さつま芋 いんげん 味噌 煮干	牛乳 ベリーパウンド 小麦粉 塩 豆乳 油 ベーキングパウダー りんごジュース プルーン メープルシロップ ブルーベリージャム	エネルギー 556kcal  たんぱく質 18.9g
14 ・ 28 (火)	フランスパン マカロニグラタン フレンチサラダ ポトフスープ  果物	・フランスパン ・鶏肉 マカロニ 玉葱 ピーマン 油 塩 小麦粉 牛乳 バター パン粉 チーズ 胡椒 ・キャベツ きゅうり みかん缶 塩 酢 三温糖 オリーブ油 ・ウイナー ジャガ芋 玉葱 いんげん 人参 塩 胡椒 昆布鰹節 コンソメ パセリ	牛乳 ごませんべい 小麦粉 胡麻 塩 胡麻油 油	エネルギー 559kcal  たんぱく質 25.8g
15 ・ 29 (水)	ごはん 揚げさわらの葱ソース ブロッコリーの おかか和え 春野菜の豚汁 果物	・米 ・鱈 塩 酒 片栗粉 油 長葱 生姜 酢 しょうゆ 胡麻油 こしょう ・ブロッコリー 人参 鰹節 しょうゆ ・豚肉 玉葱 アスパラ ジャガ芋 ごぼう 長葱 味噌 昆布鰹節	牛乳 トマトスパゲティ スパゲティ 玉葱 ベーコン にんにく 塩 ケチャップ トマト缶 バジル	エネルギー 562kcal  たんぱく質 23.1g
16 ・ 30 (木)	塩やきそば 豆腐サラダ スティックきゅうり もやしスープ 果物	・蒸し中華麺 豚肉 人参 キャベツ もやし 塩 胡椒 チンゲン菜 鰹節 酒 もやし 胡麻油 ・豆腐 ツナ缶 玉葱 いんげん 酢 塩 しょうゆ 油 ・きゅうり ・もやし 玉葱 ベーコン ほうれん草 塩 しょうゆ 昆布鰹節	牛乳 手作りパン 強力粉 三温糖 ドライイースト 牛乳 塩 バター	エネルギー 570kcal  たんぱく質 20.0g
17 ・ 31 (金)	ごはん ポークディアブル 小松菜のナムル 味噌汁 果物	・米 ・豚肉 生姜 にんにく ケチャップ ソース 三温糖 パン粉 油 ・小松菜 人参 もやし 三温糖 しょうゆ 胡麻 胡麻油 ・ジャガ芋 玉葱 味噌 煮干	牛乳 カナッペ クラッカー ツナ缶 玉葱 マヨネーズ パセリ	エネルギー 531kcal  たんぱく質 21.5g
20 (月)	グリーンピースごはん 鮭の生姜焼き 新じゃがと 鶏肉の煮物 ふきの炒め煮 味噌汁 果物	・米 グリーンピース 昆布 酒 塩 ・鮭 油 生姜 しょうゆ 三温糖 味醂 ・じゃが芋 鶏肉 人参 胡麻油 酒 味醂 しょうゆ さやえんどう ・ふき しょうゆ 三温糖 味醂 ・かぶ かぶの葉 小松菜 味噌 煮干	牛乳 味噌蒸しパン 小麦粉 チーズ 味噌 ベーキングパウダー 三温糖	エネルギー 560kcal  たんぱく質 24.1g
24 (金) 誕生会	レタスとベーコンの チャーハン ポテトコロッケ もやしとツナの 胡麻和え 春雨スープ 果物	・米 レタス ベーコン 油 塩 胡椒 ・豚肉 ジャガ芋 玉葱 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース パセリ ・もやし 人参 さやえんどう ツナ缶 酢 胡麻 三温糖 カレー粉 ・春雨 人参 小松菜 塩 しょうゆ 昆布鰹節	オレンジジュース カステラ 小麦粉 卵 三温糖 はちみつ 油	エネルギー 580kcal  たんぱく質 22.2g