５がつのこんだてひょう



深谷市立深谷東幼稚園

日	牛乳	こんだてめい	きいろのなかま 熱や力の元になる	あかのなかま 血や肉になる	みどりのなかま 体の調子を整える	ｴﾈﾙｷﾞｰ たんぱく質
6 木		わふうすぱげってぃ	油, ディチェコスパゲッティ	ベーコン, きざみのり, ちりめんじゃこ	玉葱, にんじん, ぶなしめじ	487 kcal
		はるきゃべつのさらだ		ツナ	キャベツ, きゅうり, にんじん, とうもろこし	
		よしのじる	油, かたくり粉	豆腐, かまぼこ	だいこん, にんじん, こまつな, ねぎ	20.2 g
		きうい			キウイフルーツ	
7 金		はやしらいす	せいはくまい, 油, じゃがいも	豚肉, 牛乳, チーズ	にんにく, しょうが, にんじん, 玉葱, トマト	506 kcal
		ほうれんそうのさらだ		ツナ	ほうれんそう, きゅうり, にんじん, ひじき	
		からまんだりん			からまんだりん	16.5 g
10 月		ごはん	せいはくまい			459 kcal
		とうふはんばーぐ	油, 薄力粉, 三温糖, かたくり粉	木綿豆腐, 豚肉, ひじき, ツナ, たまご	玉葱, にんじん, ぐりんぴーす, れんこん	
		やさいわん	油, じゃがいも	米みそ	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ, こまつな	17.7 g
		ふるーつぽんち	マスカットぜりー, ぶどうぜりー		みかん, 黄桃	
11 火		ここあげぱん	コッペパン, 油, 上白糖			481 kcal
		かいそうさらだ		ハム	キャベツ, きゅうり, とうもろこし, ひじき	
		わんたんすーぷ	ウェーブワンタン	豚肉	にんじん, 玉葱, りょくとうもやし, ねぎ, こまつな	14.5 g
12 水		ごはん	せいはくまい			455 kcal
		なまあげのちゅうかに	油, 三温糖, かたくり粉	豚肉, 生揚げ	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, 椎茸, たけのこ, 青ピーマン	
		きゅうりのちゅうかあえ	ごま油	わかめ	きゅうり, えのきたけ	16.9 g
		ちゅうかすーぷ	緑豆はるさめ	ベーコン	にんじん, 玉葱, チンゲンツァイ	
13 木		わかめうどん	地粉うどん	鶏肉, 焼き竹輪, すこやかなると巻き, 油揚げ, わかめ	にんじん, ねぎ, こまつな	445 kcal
		やさいいため	炒め油	ベーコン	にんじん, キャベツ, チンゲンツァイ, アスパラガス, とうもろこし	
		きよみおれんじ			清見オレンジ	19.9 g
14 金		ごはん	せいはくまい			478 kcal
		てづくりふりかけ		さくらえび, ちりめんじゃこ, かつおぶし, あおのり	ゆかり	
		じゃがいものきんぴらに	油, こんにゃく, 三温糖, じゃがいも, ごま	鶏肉	ごぼう, にんじん	
		すたみなすーぷ	じゃがいも	豚肉, 豆腐, 米みそ	にんじん, 玉葱, だいこん, ねぎ, にんにく	18.0 g
		ばなな			ばなな	
17 月		ごはん	せいはくまい			492 kcal
		あじふらい	薄力粉, パン粉	まあじ, たまご		
		きりぼしだいこんのいりに	油, 三温糖	あさり, 油揚げ	にんじん, 切干しだいこん	21.8 g
		けんちんじる	油, こんにゃく, さといも	木綿豆腐	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ	
18 火		やまがたしょくぱん	山型食パン			462 kcal
		とりにくとあすぱらのぐらたん	バター, マカロニ, パン粉	鶏肉, 牛乳, チーズ	玉葱, にんじん, にんにく, マッシュルーム, アスパラガス	
		つなとひじきのさらだ		ツナ	キャベツ, とうもろこし, きゅうり, ひじき	19.3 g
		おにおんすーぷ	油	ベーコン	玉葱, にんじん, とうもろこし, こまつな	
19 水		みそかつ	せいはくまい, 薄力粉, パン粉, 油, 三温糖	鶏肉, 米みそ		489 kcal
		きりぼしだいこんとはむのあえもの		ハム	にんじん, 切干しだいこん, きゅうり	
		みそしる		かたくちいわし, 米みそ	にんじん, えのきたけ, 玉葱	20.4 g
20 木		まーぼーらーめん	中華めん, 油, 三温糖, ごま油, かたくり粉	豆腐, 豚肉, 米みそ	にんじん, たけのこ, 椎茸, 玉葱, にら, ねぎ, りょくとうもやし, にんにく, しょうが	470 kcal
		はるさめさらだ	緑豆はるさめ	ハム	にんじん, りょくとうもやし, きゅうり	
		ぱいん			パインアップル	18.4 g
21 金		うまにどん	せいはくまい, 油, かたくり粉, ごま油	豚肉	玉葱, しょうが, にんじん, たけのこ, 椎茸, はくさい, チンゲンツァイ	492 kcal
		ししゃもふらい	薄力粉, パン粉, 油	ししゃも, たまご		
		はむとだいこんのさらだ		ハム	だいこん, きゅうり, キャベツ	18.2 g
24 月		ごはん	せいはくまい			490 kcal
		わふうはんばーぐ	パン粉, 上白糖	豚肉, たまご, 牛乳	玉葱, ひじき, ほんしめじ, えのきたけ, だいこん	
		ほうれんそうのそてぃ	油	べーこん	ほうれんそう, キャベツ, にんじん, とうもろこし	20.9 g
		みそしる		米みそ	玉葱, にんじん, こまつな, ねぎ	
25 火		すらっぴーじょー	コッペパン, 油, 薄力粉, 三温糖	豚肉, 大豆, チーズ	玉葱, 青ピーマン, にんじん	498 kcal
		じゃーまんぽてと	油, じゃがいも	ベーコン	にんにく, 玉葱, パセリ	
		はなまめすーぷ	油, じゃがいも	白花豆, 豆乳	玉葱, にんじん, パセリ	19.7 g
26 水		ごはん	せいはくまい			486 kcal
		さわらのみそまよねーずやき		さわら, 米みそ, 豆乳		
		たくあんさらだ			たくあん, とうもろこし, キャベツ, にんじん	22.8 g
		とんじる	油, こんにゃく	豚肉, 豆腐, 米みそ	にんじん, ごぼう, ねぎ	
27 木		かれーうどん	地粉うどん, 油, かたくり粉	豚肉	にんじん, 玉葱, ねぎ, こまつな	489 kcal
		やきういんなー		ｳｲﾝﾅｰ		
		みしょうかん			みしょうかん	17.0 g
28 金		ごはん	せいはくまい			481 kcal
		とりにくのなんばんづけ	かたくり粉, 油, 三温糖, ごま, ごま油	鶏肉	ねぎ, にんにく, しょうが	
		きゃべつのあさづけ		こんぶ	キャベツ, きゅうり, にんじん	20.7 g
		やさいのこんそめすーぷ	油, じゃがいも	べーこん	にんじん, 玉葱, とうもろこし, キャベツ, こまつな	
31 月		まぜこみわかめごはん	せいはくまい		わかめ	469 kcal
		とりにくのごまだれ	かたくり粉, 油, 三温糖, すりごま	鶏肉, 豚肝臓	しょうが	
		こまつなのみそしる		米みそ	こまつな, 玉葱, にんじん	21.7 g
		にゅーさまーおれんじ			にゅーさまーおれんじ	

給食回数・・・１８回

お知らせ 食材の入荷の都合により、多少献立を変更する場合がありますのでご了承ください。