



5月の献立



至学館大学附属幼稚園

				1日 (水) 御飯 のりふりかけ 白身魚唐揚げ 野菜あんかけ ボイルウィンナー 南瓜蒸煮 モヤシソテー キャベツシーザーサラダ オレンジ 味噌汁(法蓮草・玉葱・豆腐) カロリー 392kcal 蛋白 12.6g 脂質 9.9g 塩分 2.5g	2日 (木) 御飯 鶏肉カレー天 かに風味かまぼこ 揚げ茄子 キャベツ炒め 青菜マヨ和 りんご缶 味噌汁(えのき・大根・油揚げ) カロリー 420kcal 蛋白 10.6g 脂質 15.2g 塩分 1.7g		3日 (金) 憲法記念日
6日 (月) 振替休日 		7日 (火) 御飯 焼肉風野菜炒め 赤かぶさつま 揚げタコ焼き スナップエンドウ チェリー 味噌汁(豆腐・玉葱・人参) カロリー 388kcal 蛋白 11.5g 脂質 8.5g 塩分 1.9g	8日 (水) 御飯 テキンケチャップ和 卵焼き ヤングコーンフライ キャベツ人参炒め 法蓮草ナムル プチホットケーキ コンソメスープ(大根・人参・えのき) カロリー 397kcal 蛋白 12.1g 脂質 11.5g 塩分 1.3g	9日 (木) 御飯 わかめふりかけ 豆腐野菜ハンバーグ 照焼ソース イカ竜田揚げ ボイルハム 蓮根金平 ミニマカロニ野菜ソテー オレンジ 味噌汁(法蓮草・玉葱・油揚げ) カロリー 443kcal 蛋白 13.6g 脂質 9.9g 塩分 3.1g	10日 (金) さけふりかけ御飯 ポークヒレカツ ソース 南瓜素焼き ブロッコリー モヤシピーマンソテー 大根ツナドレッシング和え アロエ カロリー 356kcal 蛋白 10.7g 脂質 7.8g 塩分 1.7g		
13日 (月) 御飯 鶏肉唐揚 星型ポテト キノコ野菜ソテー チンゲン菜胡麻和え チェリー 味噌汁(大根・玉葱・若布) カロリー 454kcal 蛋白 14.1g 脂質 16.3g 塩分 1.8g	14日 (火) 御飯 のりふりかけ イカキャベツバーグ ケチャップかけ 豆腐のナゲット チキンリング ごぼうとハム旨煮 ビーファン中華和え みかん缶 味噌汁(キャベツ・もやし・絹さや) カロリー 451kcal 蛋白 11.7g 脂質 10.9g 塩分 2.3g	15日 (水) ☆満3弁当日☆ 御飯 カニクリームコロッケ ソース ポークソーセージソテー スナップエンドウ キャベツコーン炒め 若布ツナサラダ アロエ 味噌汁(人参・玉葱・油揚げ) カロリー 394kcal 蛋白 9.8g 脂質 10.6g 塩分 2.0g	16日 (木) ミートスパ ミニ春巻 ボイルウィンナー キャベツ人参炒め 法蓮草・モヤシの浸し 黄桃缶 焼き豆乳ドーナツ カロリー 484kcal 蛋白 13.3g 脂質 18.4g 塩分 3.8g	17日 (金) ☆お誕生日会☆ カレーライス ポークとチキンのミンチカツ もやしハムソテー オレンジ カロリー 439kcal 蛋白 12.6g 脂質 14.9g 塩分 1.5g			
20日 (月) ☆年少・年長弁当日☆ 御飯 わかめふりかけ 豆腐しんじょ あんかけ 茹赤ウィンナー 玉葱枝豆つまみ揚げ 大根旨煮 キャベツゆかり和え アロエ 味噌汁(法蓮草・玉葱・油揚げ) カロリー 480kcal 蛋白 9.1g 脂質 15.4g 塩分 2.0g	21日 (火) 御飯 チキンナゲット ケチャップかけ スマイルポテト 人参ツナソテー コールスローサラダ りんご缶 コンソメスープ(豆腐・チンゲン・人参) カロリー 460kcal 蛋白 11.5g 脂質 14.6g 塩分 1.8g	22日 (水) おかか御飯 エビフライ ソース 三角ハムソテー 人参甘煮 マカロニ和風ソテー プチさつま揚げ旨煮 ひじきと枝豆旨煮 オレンジ カロリー 344kcal 蛋白 11.2g 脂質 5.4g 塩分 2.2g	23日 (木) ☆年中弁当日☆ 御飯 親子丼 南瓜挽肉フライ ブロッコリー 人参さつま キャベツ油揚げの浸し みかん缶 カロリー 532kcal 蛋白 19.2g 脂質 17.1g 塩分 2.6g	24日 (金) 御飯 鶏肉味噌焼き だし巻卵 枝豆 キャベツ人参炒め 若布ナムル 黒糖わらび餅 味噌汁(人参・大根・麩) カロリー 395kcal 蛋白 12.8g 脂質 8.2g 塩分 1.8g			
27日 (月) ☆年少・年長弁当日☆ あじよせ御飯 白身魚揚煮 フライドポテト ブロッコリー キャベツ炒め 花しんじょう 青菜マヨ和 オレンジ カロリー 376kcal 蛋白 9.8g 脂質 12.2g 塩分 1.8g	28日 (火) 御飯 ハムチーズサンドフライ 星型ポテト ミニペンネソテー 若布ツナ和え 黄桃缶 コンソメスープ(玉葱・法蓮草・人参) カロリー 485kcal 蛋白 10.4g 脂質 19.2g 塩分 2.2g	29日 (水) 御飯 豆腐野菜ハンバーグ ケチャップかけ ポークソーセージソテー 揚げ茄子 人参コーンソテー 豚肉野菜旨煮 りんご缶 味噌汁(大根・若布・油揚げ) カロリー 387kcal 蛋白 9.8g 脂質 9.4g 塩分 2.2g	30日 (木) ☆満3弁当日☆ 胚芽ロール いちごジャム さけふりかけおにぎり 鶏肉唐揚 ボイルウィンナー キャベツ人参炒め 大根サラダ アロエ 味噌汁(豆腐・玉葱・えのき) カロリー 516kcal 蛋白 16.5g 脂質 23.9g 塩分 2.1g	31日 (金) ☆年中弁当日☆ 御飯 白身魚フライ タルタルソース 竹輪フライ フライドポテト磯風味 ミニペンネキノコソテー フレンチキャベツサラダ オレンジ コンソメスープ(玉葱・チンゲン・人参) カロリー 502kcal 蛋白 12.3g 脂質 17.9g 塩分 2.2g			

本品製造工場では、[卵]・[乳製品]・[小麦]・[そば]・[落花生]・[えび]・[かに]を含む製品を製造しています。

仕入れの都合によりメニュー内容を変更する場合がございますので、誠に勝手ではございますが、ご了承いただきたいと思います。

株式会社いわきゆうグループ本部 栄養企画開発室