

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|
|---|---|---|---|---|

献立表の見方

【例】

|                        |                   |               |             |
|------------------------|-------------------|---------------|-------------|
| 11                     | エネルギー-kcal<br>438 | たんぱく質g<br>9.5 | しつご<br>12.3 |
| <b>ハヤシライス</b>          |                   |               |             |
| こめ                     | 56.8 黄            |               |             |
| ぶたにく                   | 16 赤              |               |             |
| にんにく                   | 0.08 緑            |               |             |
| たまねぎ                   | 48 緑              |               |             |
| しめじ                    | 4 緑               |               |             |
| トマトジュース                | 44.4 緑            |               |             |
| トマトケチャップ               | 1.32              |               |             |
| パイオン                   | 3.2               |               |             |
| あかワイン                  | 0.79              |               |             |
| こしょう                   | 0.01              |               |             |
| こんぶパウダー                | 0.01 赤            |               |             |
| こめごはやく                 | 7.2 黄             |               |             |
| ウスターソース                | 0.54              |               |             |
| とんかつソース                | 0.54              |               |             |
| こいくちしょうゆ               | 0.54              |               |             |
| マーガリン                  | 0.19 黄            |               |             |
| <b>ヨーグルスロニ<br/>サラダ</b> |                   |               |             |
| ハム                     | 4 赤               |               |             |
| キャベツ                   | 32 緑              |               |             |
| にんじん                   | 3.2 緑             |               |             |
| ホールコーン                 | 3.2 緑             |               |             |
| マヨネーズ/ノエッグ             | 9.2 黄             |               |             |
| りんごす                   | 0.8               |               |             |
| さとう                    | 1.76 黄            |               |             |
| レモンじり                  | 0.8 緑             |               |             |
| こしょう                   | 0.01              |               |             |
| こんぶパウダー                | 0.01 赤            |               |             |
| マスタード                  | 1.44              |               |             |
| <b>おいおいデザート</b>        |                   |               |             |
|                        |                   | 1             | 黄           |

太字・下線入りが献立名  
その下は使っている食品名です。

「あか」のたべもの  
からだをつくるもと  
「きいろ」のたべもの  
げんきいっぱい!!  
エネルギーのもと  
「みどり」のたべもの  
びょうきにまけない  
からだのちょうしを  
ととのえる

ごはんは学級ごとに  
食缶に入っています。

線で囲んでいるおかずが  
食缶に入ります。

給食の内容  
主食 米飯…週4回(月・火・木・金)  
副食  
※毎週水曜日は給食無し



お知らせ 欠食の精算  
個人の欠食は、学級担任に届出が  
あり、1週間以上継続して欠席した  
場合に限り精算させていただきます。  
※精算額は、欠食した回数に1食当  
たりの額を乗じた額とさせていた  
だきます。

給食費

| 幼稚園 | 給食費   | 手数料 | 合計     |
|-----|-------|-----|--------|
|     | 5,200 | 55  | 5,255円 |

5月10日(火)に口座振替します。お忘れなく。



17 エネルギー-kcal 418 たんぱく質g 9.9 しつご 8.5

**うみと  
はたけのサラダ**  
ツナフレーク 8 赤  
キャベツ 12 緑  
にんじん 4.8 緑  
ホールコーン 4 緑  
ひじき 0.8 赤  
あぶら 0.24 黄  
うすくちしょうゆ 0.77

**ポークカレーライス**  
こめ 56.3 黄  
ぶたにく 16 赤  
あぶら 1.58 黄  
にんにく 0.16 緑  
しょうが 0.4 緑  
たまねぎ 46.8 緑  
にんじん 8.8 緑  
かぼちゃ 17.6 緑  
りんごピューレ 1.58 緑  
トマトケチャップ 2.38  
ウスターソース 1.32  
パイオン 0.53  
しお 0.26  
こめカレールー 10.4 黄

**ふくじんづけ**  
15 緑

**おいおいデザート**  
いちごゼリー 1に 黄

小学校1年生  
幼稚園  
給食開始

**おめでとう!**

18 417 11.2 10.6

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**あわじ  
たまねぎコロケ**  
たまねぎコロケ 1に 黄 緑  
あけあぶら 黄

**とうふのみそしる**  
にんじん 8 緑  
たまねぎ 8 緑  
あぶらあげ 4 黄  
とうふ 32 赤  
あおねぎ 1.6 緑  
みそ 6.4 赤  
かつおだし 0.8  
いりこだし 0.36

**ごまあえ**  
キャベツ 20 緑  
ほうれんそう 13.3 緑  
こんぶパウダー 0.01 赤  
みりん 0.34  
さとう 0.46 黄  
うすくちしょうゆ 1.44  
しろすりごま 0.64 黄  
しろいりごま 0.64 黄

19

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**すましじる**  
だいこん 16 緑  
にんじん 4 緑  
はくさい 24 緑  
しめじ 4 緑  
あおねぎ 2.4 緑  
ふ 0.8 黄  
しお 0.04  
みりん 0.34  
うすくちしょうゆ 2.64  
かつおだし 0.48  
だしこんぶ 0.4  
いりこだし 0.36

**ブロッコリーの  
おかかあえ**  
ブロッコリー 32 緑  
にんじん 4 緑  
こんぶパウダー 0.01 赤  
みりん 0.34  
さとう 0.46 黄  
うすくちしょうゆ 1.6  
かつおぶし 0.16

20 335 11.9 5.6

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**にくだんごの  
てりやきソース**  
ミートボール 33.6 赤  
あぶら 0.16 黄  
たまねぎ 6.4 緑  
にんじん 4.8 緑  
ピーマン 3.2 緑  
さけ 2.4  
さとう 0.56 黄  
みりん 1.6  
こいくちしょうゆ 1.6  
でんぶん 0.8 黄

**プロッコリーの  
おかかあえ**  
ブロッコリー 32 緑  
にんじん 4 緑  
こんぶパウダー 0.01 赤  
みりん 0.34  
さとう 0.46 黄  
うすくちしょうゆ 1.6  
かつおぶし 0.16

21 426 13.1 10.9

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**はるのポトフ**  
ポークウイナー 8 赤  
にんじん 12 緑  
たまねぎ 20 緑  
キャベツ 24 緑  
アスパラガス 12 緑  
パイオン 0.02 緑  
ブイオン 0.64  
こしょう 0.02  
うすくちしょうゆ 0.72  
しろワイン 0.66

**とりのレモンがけ**  
とりにく 36 赤  
しお 0.24  
こしょう 0.02  
さけ 0.72  
みりん 0.72  
でんぶん 6 黄  
あけあぶら 3.2 黄  
レモンじり 0.32 緑  
さとう 1.09 黄  
うすくちしょうゆ 1.98

**スパゲティソース**  
スパゲティ 23.2 黄  
たまねぎ 19.2 緑  
にんにく 0.13 緑  
あぶら 0.96 黄  
しお 0.1  
こしょう 0.01  
ブイオン 0.08  
トマトケチャップ 3.6

24 291 8.0 4.4

**マールポー  
はるさめどん**  
こめ 56.3 黄  
ぶたひきにく 20 赤  
はるさめ 2.8 黄  
にんじん 3.46 緑  
たまねぎ 24 緑  
ほししいたけ 0.16 緑  
はくさい 9.33 緑  
あぶら 0.16 黄  
しょうが 0.16 緑  
にんにく 0.08 緑  
さとう 0.32 黄  
はつちようみそ 2.4 赤  
さけ 2.66  
こいくちしょうゆ 1.44  
しお 0.06  
でんぶん 0.8 黄

**わかめスープ**  
にんじん 4.66 緑  
もやし 4.66 緑  
ほししいたけ 0.24 緑  
えのきたけ 4.66 緑  
わかめ 0.26 赤  
ちゅうかブイオン 1.2  
しお 0.24  
こしょう 0.01  
うすくちしょうゆ 0.96  
さけ 0.4  
ごまあぶら 0.04 黄

25 323 11.4 4.4

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**ぶたの  
しょうがいため**  
ぶたにく 24 赤  
しょうが 0.4 緑  
たまねぎ 16 緑  
ピーマン 4 緑  
にんじん 3.2 緑  
あぶら 0.16 黄  
さけ 0.56  
みりん 0.56  
さとう 0.74 黄  
こいくちしょうゆ 2

**ちくわときゅうりの  
いそべあえ**  
やきちくわ 9.6 赤  
きゅうり 8 緑  
もやし 22.4 緑  
あおのり 0.06 赤  
さとう 0.29 黄  
しお 0.14  
うすくちしょうゆ 1.44  
こんぶパウダー 0.01 赤

26

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**とんじる**  
ぶたにく 16 赤  
あぶら 0.16 黄  
にんじん 4 緑  
だいこん 8 緑  
ごぼう 4 緑  
こんにやく 3.2  
さつまいも 16 黄  
あおねぎ 3.2 緑  
かつおだし 0.48  
いりこだし 0.36  
みそ 6.4 赤

**しろみざかなの  
BBQソース**  
たら 40 赤  
しろワイン 0.62  
しお 0.18  
こしょう 0.02  
でんぶん 6.4 黄  
あぶら 2.9 黄  
うすくちしょうゆ 1.54  
さけ 1.14  
さとう 1.11 黄  
しろねぎ 2.9 緑  
しょうが 0.62 緑  
にんにく 0.1 緑  
りんごピューレ 3.01 緑

**こまつなの  
いためもの**  
ぶたにく 8 赤  
こまつな 24 緑  
にんじん 8 緑  
あぶら 0.16 黄  
さけ 0.4  
しお 0.24  
こしょう 0.01  
うすくちしょうゆ 0.4

27 392 17.2 7.9

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**ABCスープ**  
ベーコン 3.34 赤  
たまねぎ 13.3 緑  
にんじん 6.66 緑  
キャベツ 16.7 緑  
しめじ 3.34 緑  
ABCマカロニ 3.34 黄  
パイオン 0.02 緑  
ブイオン 0.64  
こしょう 0.02  
うすくちしょうゆ 0.48  
しろワイン 0.66

**ハムの  
マリネサラダ**  
ハム 8 赤  
キャベツ 12 緑  
ホールコーン 4 緑  
きゅうり 12 緑  
りんごす 1.12  
あぶら 0.8 黄  
さとう 0.4 黄  
うすくちしょうゆ 0.64  
しお 0.16  
こしょう 0.02

28 360 12.3 7.8

**ごはん**  
こめ 56.3 黄

**ミートボールの  
ケチャップソース**  
ミートボール 33.6 赤  
たまねぎ 6.4 緑  
ピーマン 3.34 緑  
しょうが 0.08 緑  
にんにく 0.08 緑  
あぶら 0.16 黄  
ブイオン 0.04  
トマトピューレ 4 緑  
トマトケチャップ 3.83  
さとう 0.62 黄  
こいくちしょうゆ 0.4

**ABC**

※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があります。材料の重量は目安となります。  
※幼稚園では「牛乳」の提供はなく、水曜日は午前中のみのため給食はございません。  
◎ はばたんマークがついている食材は兵庫県産です。