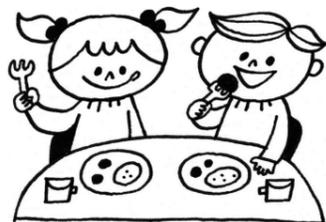




2021年5月の献立(未満児)

日付	午前おやつ	主食	おかず	午後おやつ	エネルギー 1人当り	脂質 食塩相当量	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
3 (月)			< けんぼうきねん ひ >						
4 (火)			< みどりのひ >						
5 (水)			< こどものひ >						
6 (木)	ぎゅうにゅう	ラーメン	かいせんしおいため、ぎょうざ カルテつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきおにぎり	513kcal 21g	14.7g 3.1g	牛乳、えび、鶏肉、卵、脱脂粉乳 いわし、かつお節、ヨーグルト	中華麺、砂糖、ごま、ごま油、油 小麦粉、米	ねぎ、わかめ、コーン、しょうが、チンゲンサイ エリンギ、キャベツ、玉ねぎ、にら、筍
7 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	さばのしおやき、にくじゃが、キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみそしる、オレンジ	ぎゅうにゅう イチゴふうみむしパン	483 17.7	17.3 2.3	牛乳、さば、豚肉、かつお節、おから まぐろ節、油揚げ、みそ、さば節	米、じゃがいも、砂糖、白滝、小麦粉 澱粉	人参、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ 大根、オレンジ
10 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりのたつたあげ、かにかまとわかめのサラダ えのきとたまねぎのすましじる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう ハムチーズトースト	475 17.5	12.7 1.8	牛乳、鶏肉、いとより、かに、卵、たら いわし、かつお節、豆乳、ハム、チーズ	米、油、澱粉、砂糖、ごま油 小麦粉、マーガリン	にんにく、しょうが、キャベツ、わかめ パイナップル、えのき、玉ねぎ
11 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	ぶたにくのカレーいため、かいせんシュウマイ もやしのスープ、オレンジ	ぎゅうにゅう プリン	541 17.5	24.3 1.2	牛乳、豚肉、いわし、かつお節、たら 卵、いか	米、油、小麦粉、パン粉、澱粉 砂糖	しょうが、玉ねぎ、ピーマン、人参 ほうれん草、オレンジ、キャベツ、もやし
12 (水)	ぎゅうにゅう	さけごはん	てりやきつくね、あげだしとうふのやさいあんかけ こんさいじる、バナナ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ	473 15.7	12.2 1.3	牛乳、鮭、卵、鶏肉、豆乳、かつお節 みそ	米、パン粉、砂糖、油、澱粉	玉ねぎ、えのき、人参、大根、ねぎ、ごぼう バナナ、レモン果汁、黄桃、パイナップル、洋梨、りんごジュース
13 (木)	ぎゅうにゅう	ロールパン チーズパン	とりにくとじゃがいものトマトに、ブロッコリーとツナのごまマヨあえ キャベツとコーンのミルクスープ、オレンジ	ぎゅうにゅう おかかおにぎり	510 19.6	19 1.5	牛乳、卵、脱脂粉乳、チーズ、鶏肉、ツナ おから、かつお節、さば節、まぐろ節	小麦粉、砂糖、胚芽、ライ麦、マーガリン じゃがいも、マヨネーズ、ごま、澱粉、油、米	アセロラパウダー、玉ねぎ、ピーマン、トマト コーン、オレンジ、ブロッコリー、キャベツ
14 (金)	ぎゅうにゅう	ごはん	ハンバーグきのこソース、もやしとほうれんそうのナムル ミネストローネ、おうとう	ぎゅうにゅう ポテトドッグ	526 17.4	24.1 2.3	牛乳、豚肉、鶏肉、ベーコン	米、パン粉、砂糖、ごま油、マカロニ じゃがいも、小麦粉、油	玉ねぎ、しょうが、しめじ、えのき、もやし 人参、トマト、キャベツ、黄桃、ほうれん草
17 (月)	ぎゅうにゅう	ごはん	たらのさいきょうやき、ひじきのにも、ロールたまごやき けんちんじる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう キャロットケーキ	474 20.1	13.1 1.5	牛乳、たら、みそ、油揚げ、枝豆、かつお節 卵、豆腐、鶏肉、いわし、ホイップクリーム	米、砂糖、油、里芋、小麦粉 バター	ひじき、人参、ごぼう、パイナップル
18 (火)	ぎゅうにゅう	にくうどん	おからコロッケ、しらすあえ カルテつヨーグルト	ぎゅうにゅう ごましおおにぎり	523 19.8	13.1 2.2	牛乳、豚肉、かつお節、いわし、おから しらす、ヨーグルト、鶏肉	うどん、小麦粉、パン粉、砂糖 油、ごま、米、じゃがいも	ねぎ、人参、わかめ、葉ねぎ、椎茸、きゅうり もやし
19 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりにくとアスパラのしょうゆこうじやき、ポークビーンズ とうふとなめこのみそしる、バナナ	ぎゅうにゅう やきそば	510 20.6	14.4 2.1	牛乳、鶏肉、豚肉、大豆、豆腐、みそ かつお節	米、麴、じゃがいも、砂糖、澱粉 中華麺、油	りんごジュース、アスパラガス、カリフラワー、玉ねぎ、人参、トマト パセリ、なめこ、バナナ、レモン果汁、キャベツ、しょうが
20 (木)	ぎゅうにゅう	ごはん	ぶたにくのしぐれに、きりぼしだいこんサラダ、かぼちゃのあまに こまつなとたまねぎのみそしる、おうとう	ぎゅうにゅう コーンフレーク	531 17	22.8 1.3	牛乳、豚肉、いわし、かつお節、みそ	米、砂糖、油、ごま、コーンフレーク	玉ねぎ、ごぼう、しょうが、切り干し大根、人参 かぼちゃ、いんげん、小松菜、黄桃、きゅうり
21 (金)	ぎゅうにゅう	チキンとおまめのカレー	ほたてふうみフライ、トマトサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう とうにゅうクッキー	480 16.6	16.3 2.3	牛乳、白インゲン豆、ひよこ豆、赤インゲン豆、インゲン豆 調整豆乳、鶏肉、たら、ほたて、大豆	米、じゃがいも、澱粉、砂糖、油 パン粉、コーン、米粉、ごま油	玉ねぎ、人参、トマト、きゅうり、わかめ オレンジ
24 (月)	ぎゅうにゅう	ナポリタン	ほうれんそうオムレツ、ポテトサラダ ジュリアンヌスープ、おうとう	ぎゅうにゅう わかめおにぎり	508 16.5	19.8 2.3	牛乳、ベーコン、卵、ハム	スバゲティ、油、澱粉、じゃがいも 米、砂糖、マヨネーズ	玉ねぎ、トマト、ピーマン、ほうれん草、人参 キャベツ、椎茸、黄桃、わかめ、きゅうり
25 (火)	ぎゅうにゅう	ごはん	あかうおのにつけ、にんじんごまきんぴら、ブロッコリーのおかかあえ いなかじる、キウイ	ぎゅうにゅう 2しょくサンド	444 19.4	10 1.6	牛乳、赤魚、おから、かつお節、さば節 鶏肉、豆腐、みそ、豆乳、まぐろ節	米、砂糖、ごま油、油、ごま 小麦粉、マーガリン、澱粉	人参、ブロッコリー、かぼちゃ、キウイ いちご、りんご
26 (水)	ぎゅうにゅう	ごはん	とりのてりやき、いりとうふ、おくらのなめたけあえ おふとわかめのすましじる、オレンジ	ぎゅうにゅう おこのみやき	492 21.2	19.9 1.1	牛乳、鶏肉、卵、豆腐、いわし、かつお節 豚肉	米、澱粉、砂糖、油、麩 小麦粉、山芋、ごま油	オレンジ果汁、りんご果汁、トマト、しょうが、椎茸、人参 オクラ、えのき、わかめ、オレンジ、キャベツ、昆布
27 (木)	ぎゅうにゅう	ごはん	ぶたにくのしょうがやき、キャベツ、マカロニサラダ もやしとたまごのみそしる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう マロンケーキ	564 17.9	17 1.2	牛乳、豚肉、ハム、卵、かつお節、みそ	米、砂糖、マカロニ、マヨネーズ くり	しょうが、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり 万能ねぎ、パイナップル、人参、もやし
28 (金)	ぎゅうにゅう	ロールパン ごまロール	ハムステーキ、ほうれんそうとしめじのソテー、にんじんグラッセ コーンポタージュ、オレンジ	ぎゅうにゅう きつねごはん	492 19.3	14.7 1.9	牛乳、卵、脱脂粉乳、ハム、チーズ 油揚げ	小麦粉、砂糖、ライ麦、マーガリン バター、米、ごま	アセロラ、ほうれん草、しめじ、人参 オレンジ、コーン、玉ねぎ
31 (月)	ぎゅうにゅう	わかめごはん	あじフライ、えだまめのとりそぼろいため、さつまいものあまに なすとたまねぎのみそしる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう サッポロポテト	430 16.9	28.9 2.9	牛乳、あじ、枝豆、鶏肉、みそ、かつお節	米、砂糖、小麦粉、パン粉、油 澱粉、さつまいも	わかめ、なす、玉ねぎ、パイナップル、かぼちゃ、人参 ビート、赤ピーマン、ほうれん草、ドライトマト

*食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。



つくばさくら保育園

茨城県つくば市谷田部字漆2417-1

TEL 029-846-2356

FAX 029-846-2367

株式会社幼稚園給食

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

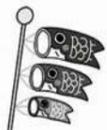
龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

佐倉市神門439

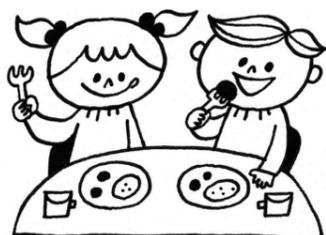
TEL 043-498-8500 (代)



2021年5月の献立(以上児)

日	おやつ	主食	おかず	午後おやつ	1人あたり エネルギー kcal	脂質 食塩相当量	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
3 (月)			< けんぼうきねん ひ >						
4 (火)			< みどりのひ >						
5 (水)			< こどものひ >						
6 (木)		ラーメン	かいせんしおいため、ぎょうざ カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう やきおにぎり	652kcal 25.7g	15.8g 4.5g	えび、鶏肉、卵、脱脂粉乳、ヨーグルト いわし、かつお節、牛乳	中華麺、砂糖、ごま、ごま油、油 小麦粉、米	ねぎ、わかめ、コーン、しょうが、チンゲンサイ エリンギ、キャベツ、玉ねぎ、にら、筍
7 (金)		ごはん	さばのしおやき、にくじゃが、キャベツのおかかあえ だいこんとあぶらあげのみそしる、オレンジ	ぎゅうにゅう イチゴふうみむしパン	649 24.4	21.1 3.9	さば、豚肉、かつお節、おから、さば節 油揚げ、みそ、牛乳、まぐろ節	米、じゃがいも、砂糖、白滝、小麦粉 澱粉	人参、玉ねぎ、グリーンピース、キャベツ 大根、オレンジ
10 (月)		ごはん	とりのたつたあげ、かにかまとわかめのサラダ えのきとたまねぎのすましじる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう ハムチーズトースト	638 23.7	17.2 2.6	鶏肉、いとより、かに、卵、たら、いわし かつお節、牛乳、豆乳、ハム、チーズ	米、油、澱粉、砂糖、ごま油 小麦粉、マーガリン	にんにく、しょうが、キャベツ、わかめ パイナップル、えのき、玉ねぎ
11 (火)		ごはん	ぶたにくのカレーいため、かいせんシュウマイ もやしのスープ、オレンジ	ぎゅうにゅう プリン	683 22.2	30.4 2.3	豚肉、いわし、かつお節、たら、いか 卵、牛乳	米、油、小麦粉、パン粉、澱粉 砂糖	しょうが、玉ねぎ、ピーマン、人参、もやし ほうれん草、オレンジ、キャベツ
12 (水)		さけごはん	てりやきつくね、あげだしどうふのやさいあんかけ こんさいじる、バナナ	ぎゅうにゅう フルーツポンチ	564 18.8	14.2 2.1	鮭、卵、鶏肉、豆乳、かつお節、みそ 牛乳	米、パン粉、砂糖、油、澱粉	玉ねぎ、えのき、人参、大根、ねぎ、ごぼう バナナ、レモン果汁、黄桃、パイナップル、洋梨、りんごジュース
13 (木)		ロールパン チーズパン	とりにくとじゃがいものトマトに、ブロッコリーとツナのごまマヨあえ キャベツとコーンのミルクスープ、オレンジ	ぎゅうにゅう おかかおにぎり	671 25.6	23.2 2.1	卵、脱脂粉乳、チーズ、鶏肉、ツナ、牛乳 おから、かつお節、さば節、まぐろ節	小麦粉、砂糖、胚芽、ライ麦、マーガリン じゃがいも、マヨネーズ、ごま、澱粉、油、米	アセロラパウダー、玉ねぎ、ピーマン、トマト コーン、オレンジ、ブロッコリー、キャベツ
14 (金)		ごはん	ハンバーグきのこソース、もやしとほうれんそうのナムル ミネストローネ、おうとう	ぎゅうにゅう ポテトドッグ	530 19.2	16.1 2.7	豚肉、鶏肉、ベーコン、牛乳	米、パン粉、砂糖、ごま油、マカロニ じゃがいも、小麦粉、油	玉ねぎ、しょうが、しめじ、えのき、もやし 人参、トマト、キャベツ、黄桃、ほうれん草
17 (月)		ごはん	たらのさいきょうやき、ひじきのにももの、ロールたまごやき けんちんじる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう キャロットケーキ	585 27.2	13.2 2.1	たら、みそ、油揚げ、枝豆、かつお節、卵 豆腐、鶏肉、いわし、牛乳、ホイップクリーム	米、砂糖、油、里芋、小麦粉 バター	ひじき、人参、ごぼう、パイナップル
18 (火)		にくうどん	おからコロケ、しらすあえ カルてつヨーグルト	ぎゅうにゅう ごましおおにぎり	684 25.1	16.8 3.3	豚肉、かつお節、いわし、おから、鶏肉 ヨーグルト、牛乳、しらす	うどん、小麦粉、パン粉、砂糖 油、ごま、米、じゃがいも	ねぎ、人参、わかめ、葉ねぎ、椎茸 もやし、きゅうり
19 (水)		ごはん	とりにくとアスパラのしょうゆこうじやき、ポークビーンズ とうふとなめこのみそしる、バナナ	ぎゅうにゅう やきそば	612 24.7	16.3 3.2	鶏肉、豚肉、大豆、豆腐、みそ、かつお節 牛乳	米、麺、じゃがいも、砂糖、澱粉 中華麺、油	りんごジュース、アスパラガス、カリフラワー、玉ねぎ、人参、トマト パセリ、なめこ、バナナ、レモン果汁、キャベツ、しょうが
20 (木)		ごはん	ぶたにくのしくれに、きりぼしだいこんサラダ、かぼちゃのあまに こまつなとたまねぎのみそしる、おうとう	ぎゅうにゅう コーンフレーク	626 19.8	24.7 2.1	豚肉、いわし、かつお節、みそ、牛乳	米、砂糖、油、ごま、コーンフレーク	玉ねぎ、ごぼう、しょうが、切り干し大根、人参 かぼちゃ、いんげん、小松菜、黄桃、きゅうり
21 (金)		チキンとおまめのカレー	ほたてふうみフライ、トマトサラダ オレンジ	ぎゅうにゅう とうにゅうクッキー	619 21.4	21.5 3.7	白インゲン豆、ひよこ豆、赤インゲン豆、インゲン豆 調整豆乳、鶏肉、たら、ほたて、牛乳、大豆	米、じゃがいも、澱粉、砂糖、油 パン粉、コーン、米粉、ごま油	玉ねぎ、人参、トマト、きゅうり、わかめ オレンジ
24 (月)		ナポリタン	ほうれんそうオムレツ、ポテトサラダ ジュリアンヌスープ、おうとう	ぎゅうにゅう わかめおにぎり	649 20.4	21.7 3	ベーコン、卵、ハム、牛乳	スパゲティ、油、澱粉、じゃがいも 米、砂糖、マヨネーズ	玉ねぎ、トマト、ピーマン、ほうれん草、人参 キャベツ、椎茸、黄桃、わかめ、きゅうり
25 (火)		ごはん	あかうおのにつけ、にんじんごまきんぴら、ブロッコリーのおかかあえ いなかじる、キウイ	ぎゅうにゅう 2しょくサンド	604 29	10.8 3	赤魚、おから、かつお節、さば節、鶏肉 豆腐、みそ、牛乳、豆乳、まぐろ節	米、砂糖、ごま油、油、ごま 小麦粉、マーガリン、澱粉	人参、ブロッコリー、かぼちゃ、キウイ いちご、りんご
26 (水)		ごはん	とりのてりやき、いりどうふ、おくらのなめたけあえ おふとわかめのみそしる、オレンジ	ぎゅうにゅう おこのみやき	611 26	25 2.1	鶏肉、卵、豆腐、いわし、かつお節、牛乳 豚肉	米、澱粉、砂糖、油、麩 小麦粉、山芋、ごま油	オレンジ果汁、りんご果汁、トマト、しょうが、椎茸、人参 オクラ、えのき、わかめ、オレンジ、キャベツ、昆布
27 (木)		ごはん	ぶたにくのしょうがやき、キャベツ、マカロニサラダ もやしとたまごのみそしる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう マロンケーキ	699 22	22.3 2	豚肉、ハム、卵、かつお節、みそ、牛乳	米、砂糖、マカロニ、マヨネーズ くり	しょうが、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり 万能ねぎ、パイナップル、人参、もやし
28 (金)		ロールパン ごまロール	ハムステーキ、ほうれんそうとしめじのソテー、にんじんグラッセ コーンポタージュ、オレンジ	ぎゅうにゅう きつねごはん	666 25.6	21.6 2.7	卵、脱脂粉乳、ハム、チーズ、牛乳 油揚げ	小麦粉、砂糖、ライ麦、マーガリン、ごま バター、米	アセロラ、ほうれん草、しめじ、人参 オレンジ、コーン、玉ねぎ
31 (月)		わかめごはん	あじフライ、えだまめのとろそばろいため、さつまいものあまに なすとたまねぎのみそしる、ベビーパイン	ぎゅうにゅう サッポロポテト	595 23.4	30.8 4.4	あじ、枝豆、鶏肉、みそ、かつお節、牛乳	米、砂糖、小麦粉、パン粉、油 澱粉、さつまいも、上新粉、じゃがいも	わかめ、なす、玉ねぎ、パイナップル、かぼちゃ、トマト 人参、ビート、ピーマン、赤ピーマン、ほうれん草

* 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。



つくばさくら保育園

茨城県つくば市谷田部字漆2417-1

TEL 029-846-2356

FAX 029-846-2367

株式会社幼稚園給食

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

<http://www.y-kyushoku.co.jp/>

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

佐倉市神門439

TEL 043-498-8500 (代)