



令和 6年 5月 給食予定献立表

給食目標

きちんとあいさつして たべようね

令和 6年 5月 1日
幼保連携型認定こども園
六郷保育園
園長 工藤 圭
(担当 加藤)



月	火	水	木	金	土
★ 今月のご当地メニュー紹介 ★ ★北上 (きたかみ) コロッケ (岩手県) …北上市の特産品である里芋をつかったコロッケです。また、同じく特産品であるアスパラガスが入るのもポイントです☆		1 煮やっこ オムレツ やさいソテー バナナ (ひじきごはん) (麦茶・どうぶつビスケット) 牛乳・チュロス エネルギー(kcal) 439 458 たんぱく質(g) 21.9 18.4 脂質(g) 19.5 15.3 塩分(g) 1.7 1.3	2 ★スタミナ納豆 ★せんべい汁 トマト オレンジ (きゅうり) (麦茶・えびせんべい) 牛乳・★ちんすこう エネルギー(kcal) 484 500 たんぱく質(g) 20.4 17.2 脂質(g) 25.2 19.8 塩分(g) 1.5 1.1	憲法記念日 	みどりの日
振替休日 	7 ちくわカレー 五色サラダ カルピス (チーズ) (麦茶・黒糖せんべい) 麦茶・フルーツサンドnew! エネルギー(kcal) 457 509 たんぱく質(g) 14.6 15.4 脂質(g) 18.0 15.5 塩分(g) 2.1 1.8	8 ぶどうぐみクッキング フィッシュボール ポイルサラダ きのこクリームシチュー バナナ (のり佃煮) (麦茶・やさいせんべい) 牛乳・マープルケーキ エネルギー(kcal) 450 506 たんぱく質(g) 26.6 22.1 脂質(g) 18.4 14.8 塩分(g) 1.7 1.9	9 おたのしみランチ ★キンパシ 春巻き ★タイビーエン オレンジ 完全給食 (麦茶・スティックゼリー) 牛乳・コーンスナック エネルギー(kcal) 596 489 たんぱく質(g) 22.9 17.4 脂質(g) 28.1 22.2 塩分(g) 2.4 1.8	10 さくらんぼぐみクッキング 細切り肉炒め いもきんとん たまごスープ バナナ (鮭フレーク) (牛乳・たまごボーロ) 牛乳・★五平もち エネルギー(kcal) 463 519 たんぱく質(g) 20.2 22.3 脂質(g) 16.2 14.7 塩分(g) 1.4 1.0	11 みそ煮込みハンバーグ スパゲティサラダ 豆腐スープ バナナ (にんじんグラッセ) (牛乳・ミニドーナツ) ジャム入りヨーグルト エネルギー(kcal) 399 501 たんぱく質(g) 22.9 22.2 脂質(g) 16.6 16.3 塩分(g) 1.5 1.0
13 レバーのカレーかき揚げ 付け合わせ そうめん汁 オレンジ (えだまめごはん) (牛乳・クッキー) 牛乳・バナナ エネルギー(kcal) 377 478 たんぱく質(g) 18.7 18.8 脂質(g) 16.7 15.3 塩分(g) 1.6 1.3	14 りんごぐみクッキング 五色卵 サラダ チキンクリーム煮 バナナ (アスパラガス) (麦茶・やさいスナック) フルーツミルクかんnew! エネルギー(kcal) 447 481 たんぱく質(g) 21.1 18.4 脂質(g) 16.1 12.5 塩分(g) 1.4 0.9	15 はんぺんチーズはさみ揚げ 三色サラダ みそ汁 オレンジ (さやいんげんの炒め物) (牛乳・やさいせんべい) 牛乳・ビスケット エネルギー(kcal) 411 486 たんぱく質(g) 18.8 18.9 脂質(g) 20.9 18.9 塩分(g) 2.2 1.9	16 切り昆布と卵の袋煮 なめこみそ汁 バナナ (ふりかけ) (牛乳・スティックゼリー) 牛乳・かりんとうドーナツnew! エネルギー(kcal) 446 480 たんぱく質(g) 21.2 18.8 脂質(g) 19.8 16.9 塩分(g) 1.6 1.4	17 食育の日 ミートソーススパゲティ ハワイアンサラダ 豆腐のすり流し汁 バナナ (とうもろこしごはん) (牛乳・せんべい) 牛乳・ごま蒸しパン エネルギー(kcal) 469 494 たんぱく質(g) 19.4 17.1 脂質(g) 17.9 16.5 塩分(g) 1.8 1.7	18 ファミリーDAY チーズ納豆 切り干しナポリタン 肉じゃが オレンジ (きゅうり) (麦茶・たまごボーロ) 牛乳・麩ラスク エネルギー(kcal) 455 460 たんぱく質(g) 21.4 17.5 脂質(g) 25.3 18.2 塩分(g) 1.3 0.9
20 ホイコーロー マカロニサラダ コーンミルクスープ バナナ (たまご豆腐) (麦茶・コーンスナック) 牛乳・大根もち エネルギー(kcal) 462 500 たんぱく質(g) 20.2 19.0 脂質(g) 18.8 15.1 塩分(g) 1.4 1.1	21 ハムの磯辺揚げ ほうれん草ののり和え 開花煮 オレンジ (納豆) (麦茶・クラッカー) 牛乳・チーズスティックパン エネルギー(kcal) 444 469 たんぱく質(g) 22.4 20.1 脂質(g) 21.0 17.3 塩分(g) 1.7 1.3	22 パンパンジーサラダnew! ★北上コロッケ 豆腐みそ汁 バナナ (ポテトマッシュ) (麦茶・せんべい) ヤクルト・鉄ウエハース エネルギー(kcal) 363 493 たんぱく質(g) 18.3 17.5 脂質(g) 14.2 12.6 塩分(g) 0.9 1.4	23 総合避難訓練 キャベツの豆腐とじ フライドポテト ワンタンスープ バナナ (たまご丼) (麦茶・えびせんべい) 牛乳・チョコバナナ エネルギー(kcal) 416 477 たんぱく質(g) 14.0 14.6 脂質(g) 21.1 18.2 塩分(g) 1.1 1.0	24 やきそば コーン入りサラダ わかめみそ汁 バナナ (小魚佃煮) (麦茶・クラッカー) 牛乳・パンプキンケーキ エネルギー(kcal) 459 506 たんぱく質(g) 16.1 16.8 脂質(g) 21.1 17.5 塩分(g) 2.2 2.2	25 六フェス総合練習 マーボー豆腐 サイコロサラダ バナナ (ブロッコリー) (牛乳・やさいせんべい) 牛乳・焼きおにぎり エネルギー(kcal) 419 470 たんぱく質(g) 16.0 16.4 脂質(g) 18.4 15.4 塩分(g) 1.3 1.0
27 ★長崎ちゃんぽん さつま揚げnew! オレンジ (きつねごはん) (麦茶・どうぶつビスケット) 牛乳・バナナのキャンディーロール エネルギー(kcal) 419 459 たんぱく質(g) 22.0 18.6 脂質(g) 14.1 13.3 塩分(g) 1.3 1.0	28 魚のから揚げ甘酢あんかけ 五目炒め たまごスープ パイン缶 (きゅうり) (牛乳・ポテトスナック) ココアもち エネルギー(kcal) 393 491 たんぱく質(g) 20.2 19.1 脂質(g) 18.8 18.8 塩分(g) 1.7 1.2	29 かぼちゃのそぼろ煮 みかん酢の物 スープ (ちくわのマヨ炒め) (麦茶・やさいスナック) 牛乳・ドーナツ エネルギー(kcal) 433 487 たんぱく質(g) 13.7 13.5 脂質(g) 14.8 12.6 塩分(g) 1.9 1.7	30 豚汁 白身魚フライ 付け合わせ オレンジ (わかめごはん) (牛乳・スティックゼリー) 牛乳・コーンパンケーキ エネルギー(kcal) 417 494 たんぱく質(g) 23.1 21.3 脂質(g) 15.7 13.9 塩分(g) 2.0 1.9	31 六郷カレー 洋風厚焼きたまご カルピス (チーズ) (麦茶・やさいスナック) ソーフル エネルギー(kcal) 412 480 たんぱく質(g) 18.5 17.5 脂質(g) 17.7 15.6 塩分(g) 1.7 1.6	★ご当地メニュー ★new! 新メニュー (未満児付けあわせ) おやつ (未満児9時) 以上児3時半 エネルギー(kcal) 以上児 未満児 たんぱく質(g) 以上児 未満児 脂質(g) 以上児 未満児 塩分(g) 以上児 未満児

※以上児はご飯を持参しているため、主食分の栄養価は含まれておりません。

裏面に「給食だより特別号」をのせています。

5月の給食だよ!

新年度になって1か月、新しい環境にもすこずつ慣れてきた頃でしょうか。保育園では、子どもたちがさまざまな食材に触れてほしいという思いから、食べにくい食材もおいしく食べられるような工夫をしています。今回は、保育園ならではの給食メニューをご紹介しますよ♪

◇納豆◇

- ・チーズ納豆
- ・しろす納豆
- ・納豆かきあげ
- ・ハムときゅうりの納豆
- ・スタミナ納豆
- ・山形だし納豆
- ・トマト納豆
- ・納豆汁
- ・納豆オムレツ
- ・ビビンバ納豆
- ・たくあん納豆
- ・カレーそば納豆

◇カレー◇

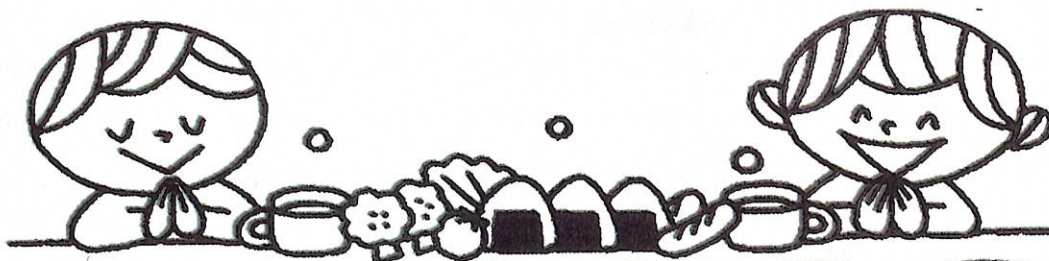
- ・スペシャルカレー（レバー入り）
- ・トマトカレー
- ・ちくわカレー
- ・豆腐カレー
- ・六郷カレー（セロリ入り）
- ・大根としめじのカレー
- ・かぼちゃカレー
- ・りんごカレー
- ・ひき肉ともやしのカレー
- ・ミルクカレー

◇レバー◇

- ・レバーのごまがらめ
- ・ヤンニョムレバー
- ・レバケチャ
- ・竜田揚げ
- ・生姜焼き
- ・甘辛煮
- ・レバーのカレーかき揚げ

◇その他◇

- ・切り干しナポリタン
- ・高野豆腐のもちもち酢豚
- ・高野豆腐のサラダ
- ・タンドリーサバ
- ・白雪サラダ（おから）
- ・おこのみはんぺん
- ・きつねコロッケ（油揚げ）



保育園では、ひとりひとりの「たべたいきもち」に寄り添い、給食の時間がこどもたちにとってたのしい時間になるよう工夫しています。その中でもさまざまな食材、味に触れてほしいという願いも込めながら、新メニューやご当地メニューもどんどん取り入れていきたいと思っています☆☆

気になるものがあれば、いつでもお声がけくださいね◎

