

令和元年 5 月 給食 献立 表

帯広市 こども 課

| 日 | 3歳~5歳児 | 3歳未満児 | おやつ | 日 | 3歳~5歳児 | 3歳未満児 | おやつ | 日 | 3歳~5歳児 | 3歳未満児 | おやつ |
|---------|--|--|---|---------|--|--|---|---|---|---|---------------------|
| 7 火 | さつまいも味噌汁 野菜味噌炒め 大根とツナの煮物 もやしおひたし 果物 | ご飯 さつまいも味噌汁 野菜味噌炒め 炒め納豆 大根とツナの煮物 もやしおひたし 果物 | クッキー おしゃぶりスルメ 牛乳 | 17 金 | きのこ味噌汁 親子煮 金平 小松菜昆布あえ 果物 | 親子丼 きのこ味噌汁 金平 小松菜昆布あえ 果物 | おからドーナツ 牛乳 | 28 火 | コンソメスープ 金時豆のカレー 野菜さっぱりあえ 果物 | 金時豆のカレーライス コンソメスープ 野菜さっぱりあえ 果物 | 芋ようかん 牛乳 |
| 8 水 | なす味噌汁 ササミとコーンのかき揚げ 切干大根の煮物 チーズおかかあえ 果物 | ご飯 白菜そぼろあんかけ なす味噌汁 切干大根の煮物 ササミとコーンのかき揚げ チーズおかかあえ 果物 | キャロットケーキ 牛乳 | 18 土 | 焼きそば わかめスープ 果物 | 焼きそば わかめスープ 果物 |  | 29 水 | いも味噌汁 ひじきんナゲット 煮しめ キャベツ昆布あえ 果物 | ご飯 ふりかけ 果物 いも味噌汁 ひじきんナゲット 煮しめ キャベツ昆布あえ | ビスケット チーズ 牛乳 |
| 9 木 | 手づくり塩ラーメン 果物 | おにぎり 手づくり塩ラーメン 果物 | 鉄ぼうろ チーズ 牛乳 | 20 月 | ポトフ ウインナーケチャップ炒め ひじきとツキコンの煮物 キャベツごまあえ 果物 | ツナピラフ ポトフ ウインナーケチャップ炒め ひじきとツキコンの煮物 キャベツごまあえ 果物 | マシュマロおこし 牛乳 | 30 木 | 大根人参味噌汁 たら生姜焼き なすそぼろ煮 小松菜しらすあえ 果物 | ご飯 チーズ巻き揚げ 大根人参味噌汁 果物 たら生姜焼き なすそぼろ煮 小松菜しらすあえ | ビスケット ブリッツ 牛乳 |
| 10 金 | 大根味噌汁 若鶏桑焼き 大豆五目煮 果物 ブロッコリーごま醤油かけ | ご飯 コーンソテー 大根味噌汁 若鶏桑焼き 大豆五目煮 果物 ブロッコリーごま醤油かけ | 米菓子 ブルー 牛乳 | 21 火 | あさり味噌汁 揚げ魚みぞれ煮 南瓜甘辛煮 白和え ムース | ご飯 さつまいもフライ あさり味噌汁 ムース 揚げ魚みぞれ煮 南瓜甘辛煮 白和え | 米菓子 一口昆布 乳酸菌飲料 | 31 金 | ほうれん草スープ えびと鶏肉のクリーム煮 大根と油揚げの煮物 アスパラごまあえ 果物 | 玉子丼 ほうれん草スープ えびと鶏肉のクリーム煮 大根と油揚げの煮物 アスパラごまあえ 果物 | 米菓子 ブルー 牛乳 |
| 11 土 | スパゲッティミートソース コンソメスープ 果物 | スパゲッティミートソース コンソメスープ 果物 |  | 22 水 | なめこ味噌汁 肉みそおでん ごぼう炒り煮 ほうれん草のりあえ 果物 | 菜飯 なめこ味噌汁 肉みそおでん ごぼう炒り煮 ほうれん草のりあえ 果物 | いもしと 牛乳 |  | | | |
| 13 月 | 玉葱味噌汁 揚げ豆腐オランダ煮 いもベーコン煮 ほうれん草のりあえ 果物 | ご飯 ウインナーソテー 玉葱味噌汁 いもベーコン煮 揚げ豆腐オランダ煮 ほうれん草のりあえ 果物 | 米菓子 レーズン 牛乳 | 23 木 | 白菜と肉団子入りスープ さば味噌煮 炒り豆腐 もやしおひたし 果物 | ご飯 ミニトマト 白菜と肉団子入りスープ さば味噌煮 炒り豆腐 もやしおひたし 果物 | 米菓子 一口きび団子 牛乳 | <div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"><h2 style="text-align: center;">5月5日はこどもの日です！</h2><p style="text-align: center;">日本では男子の健やかな成長を祈願して各種の行事を行う風習があります。こどもの日の行事食として、災いを除ける『ちまき』、子孫繁栄を願う『柏もち』、邪気をはらう『よもぎもち』などがあげられます。ご家庭でも食べてみてはいかがでしょうか？</p></div> | | | |
| 14 火 | 高野豆腐味噌汁 八宝菜 さつまいも甘辛煮 もやしおひたし 果物 | ご飯 しらす入りふりかけ 高野豆腐味噌汁 八宝菜 さつまいも甘辛煮 もやしおひたし 果物 | 大豆きなごろう 牛乳 | 24 金 | とかちマッシュ澄まし汁 すき焼き風煮 さつまいもオレンジ煮 チーズおかかあえ 果物 | しめじご飯 すき焼き風煮 とかちマッシュ澄まし汁 さつまいもオレンジ煮 チーズおかかあえ 果物 | ビスケット 甘納豆 牛乳 | | | | |
| 15 水 | 鮭と炒り玉子のピラフ 麩澄まし汁 鶏肉照り焼 野菜とハム炒め 果物 ブロッコリーおかかあえ | 鮭と炒り玉子のピラフ 麩澄まし汁 鶏肉照り焼 野菜とハム炒め 果物 ブロッコリーおかかあえ | 月変わり お茶 | 25 土 | かしわうどん 果物 | かしわうどん 果物 |  |  | | | |
| 16 木 | すりみ団子スープ 肉じゃが なす味噌炒め ほうれん草しらすあえ 果物 | ご飯 すりみ団子スープ 肉じゃが なす味噌炒め ほうれん草しらすあえ 枝豆 果物 | オールレーズン おやつ煮干 牛乳 | 27 月 | かぶ味噌汁 もやしチャンプルー きつねの嫁入り 果物 チンゲン菜のりあえ | さつまいもご飯 かぶ味噌汁 もやしチャンプルー きつねの嫁入り 果物 チンゲン菜のりあえ | ホットケーキ 牛乳 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">今月の行事 5月15日(水) 誕生会</div> | | | |

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。

| 5月の栄養(平均) | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 食塩 |
|-----------------|---------|-------|-------|------|
| 3歳未満児 | 536kcal | 21.0g | 17.3g | 2.0g |
| 3歳以上児 (副食のみ) | 429kcal | 19.5g | 16.1g | 2.2g |