

給食ニュース 2021年5月号 認定こども園ぶどうの木竜ヶ崎幼稚園

間食	昼食献立	材料	このように配膳します。
1日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
6日(木)	ハヤシライス	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ハヤシルー	
	コールスローサラダ	キャベツ、人参、キュウリ、ハム、コン、酢、油、塩	
	いちご蒸しパン		
7日(金)	スパゲティミートソース	スパゲティ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、にんにく、ケチャップ、トマトホール、コンソメ、塩、砂糖	
	野菜サラダ(玉ねぎドレッシング)	野菜、人参、レタス、玉ねぎ、醤油、酢、みりん、油	
	わかめおにぎり	もやし、玉ねぎ、人参、中華あじ、塩	
8日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
10日(月)	ごはん 親子煮	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、卵、ごぼう、干しいたけ、醤油、砂糖、酒、みりん	
	野菜のゆかり和え	キャベツ、人参、キュウリ、ゆかり粉、塩	
	お吸い物	玉ねぎ、わかめ、豆腐、はんぺん、醤油、みりん、かつおぶし	
11日(火)	ごはん 手作りふりかけ	米、わかめ、すりごま、青のり、かつおぶし粉、塩	
	白身魚の竜田揚げ	かれい、生姜、醤油、酒、片栗粉、小麦粉	
	温野菜(醤油雑マヨネーズ)	大根、人参、ブロッコリー、塩、醤油、マヨネーズ、みりん	
	みそ汁	味噌、キャベツ、人参、油揚げ、かつおぶし	
12日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		
	ハムと小松菜の混ぜご飯	米、小松菜、ハム、卵、中華あじ、醤油、塩、ごま油	
	ウインナーソーテー	ウインナー、油	
	フルーツ	バナナ	
	みそ汁	味噌、わかめ、ネギ、厚揚げ、かつおぶし	
13日(木)	ごはん 鶏肉と野菜の煮物	米、鶏肉、大根、人参、厚揚げ、いんげん、醤油、砂糖、酒、みりん	
	スパゲティサラダ	スパゲティ、キャベツ、人参、ハム、キュウリ、マヨネーズ、塩	
	かき玉汁	玉ねぎ、人参、卵、醤油、みりん、かつおぶし、片栗粉	
14日(金)	鮭ごはん	米、鮭ほぐし、すりごま、キュウリ、塩	
	豆腐チキンナゲット	鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、塩、油	
	もやしとツナの和え物	もやし、人参、キュウリ、ツナ、醤油、すりごま、みりん	
	みそ汁	味噌、大根、人参、小松菜、かつおぶし	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します。
15日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:あんこパン			
17日(月)	ごはん ミートボールの煮込み	米、豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、人参、醤油、砂糖、みりん、片栗粉	
	マカロニサラダ	マカロニ、人参、ブロッコリー、ハム、マヨネーズ、塩	
	カレーピラフおにぎり	にら、玉ねぎ、卵、醤油、みりん、かつおぶし、片栗粉	
18日(火)	ごはん 煮魚	米、メバル、生姜、醤油、酒、砂糖、みりん	
	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩	
	混ぜご飯おにぎり	味噌、大根、人参、油揚げ、かつおぶし	
19日(水)	午前保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		
	わかめうどん	うどん、わかめ、ネギ、醤油、みりん、かつおぶし	
	おかかおにぎり	ちくわ、小麦粉、卵、油、青のり	
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、小麦粉、卵、油、青のり	
	野菜のおかか和え	キャベツ、人参、キュウリ、醤油、みりん、かつおぶし	
20日(木)	ごはん 青菜の納豆和え	米、ひきわり納豆、小松菜、醤油、かつおぶし、みりん	
	はんぺんソーテー	はんぺん、油	
	さつま芋のレモン煮	さつま芋、砂糖、レモン	
	お吸い物	玉ねぎ、わかめ、豆腐、ふ、醤油、みりん、かつおぶし	
21日(金)	ごはん 麻婆豆腐	米、豆腐、豚ひき肉、人参、ネギ、生姜、にんにく、甜麺醬、酒、醤油、ごま油、中華あじ、片栗粉	
	もやしのナムル	もやし、人参、キュウリ、すりごま、醤油、ごま油	
	みそ汁	味噌、キャベツ、人参、ふ、かつおぶし	
22日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
24日(月)	ごはん 鶏のから揚げ	米、鶏肉、生姜、にんにく、卵、醤油、酒、片栗粉、油	
	キャベツのごま和え	キャベツ、ごま塩	
	ひじきと大豆の煮物	ひじき、人参、さつま揚げ、大豆、油揚げ、醤油、みりん、砂糖	
	野菜スープ	キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	
25日(火)	ごはん ジャージャー麺	中華麺、豚ひき肉、人参、ネギ、干し椎茸、にんにく、生姜、甜麺醬、中華あじ、醤油、片栗粉、ごま油、キュウリ	
	オレンジ寒天	オレンジジュース、寒天、砂糖	
	塩昆布おにぎり	もずく、玉ねぎ、えのき茸、卵、中華あじ、塩	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します。
26日(水)	お弁当の日 給食希望の方の献立		
	ごはん	米	
	炒り豆腐	豆腐、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、干しいたけ、ごぼう、いんげん、醤油、砂糖、酒	
	春雨サラダ	春雨、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、卵、塩	
	みそ汁	味噌、大根、人参、厚揚げ、かつおぶし	
27日(木)	ロールパン	ロールパン	
	フランスパン	フランスパン	
	ウインナーソーテー	ウインナー、油	
	温野菜サラダ(オーロラソース)	キャベツ、人参、ブロッコリー、ケチャップ、マヨネーズ	
	キャベツのクリームスープ	キャベツ、玉ねぎ、人参、ベーコン、じゃが芋、牛乳、小麦粉、バター、コンソメ、塩	
28日(金)	ごはん 白身魚フライ	米、タラ、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース	
	(和風タルタルソース)	卵、らっきょう漬、塩昆布、ネギ、マヨネーズ	
	キャベツ、ミニトマト	キャベツ、ミニトマト	
	みそ汁	味噌、豆腐、玉ねぎ、なめこ、かつおぶし	
29日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
31日(月)	ごはん 肉じゃが	米、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん、醤油、酒、砂糖、みりん	
	野菜の浅漬け	キャベツ、人参、かぶ、塩昆布、塩	
	みそ汁	味噌、大根、人参、油揚げ、かつおぶし	

豆腐チキンナゲット

材料4人分

木綿豆腐.....1丁
鶏むねひき肉.....400g
玉ねぎ.....1/2個
片栗粉.....大4
塩.....小1
揚げ油

①豆腐の水気を切り、玉ねぎをみじん切りにしておく

②ボールに①と鶏ひき肉に玉ねぎ、塩、片栗粉を入れる

③よくこねて、スプーンを使って180℃の油に落とし、約4分位揚げて出来上がり

旬の食材.....春キャベツ、新玉ねぎ、エンドウ豆、にら、ごぼう、かぶ