

令和6年5月 新富のぞみ保育園給間食こんだて

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき			
		赤 群	黄 群	緑 群	
		体をつくるもとになる	エネルギーのもとになる	体の調子をととのえる	
給 食	1日、15日	豚汁、ほうれん草の白和え	豚肉、赤みそ 豆腐、ツナ缶	油	大根、人参、白菜、えのき茸 ねぎ、チンゲン菜、ほうれん草
	2日、30日	ひじきとじゃが芋の炒め煮 みそ汁	豚肉、ひじき、赤みそ	じゃが芋、油、さとう	玉ねぎ、人参、さやいんげん 大根、あさつき
	7日、21日	マーボー丼 さつま芋の煮物、果物	豆腐、豚挽肉、赤みそ	油、さとう、片栗粉、さつま芋	玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが、果物
	8日、22日	コーンクリームシチュー サラダ、パン	鶏肉、スキムミルク 乾燥わかめ	じゃが芋、油、上新粉 さとう、パン	人参、玉ねぎ、コーン缶 グリーンアスパラ、キャベツ、みかん缶
	9日、23日	豆腐のそぼろあんかけ 中華あえ	豆腐、豚挽肉 しらす干し	さとう、ごま油	人参、しいたけ、玉ねぎ (冷)グリーンピース、キャベツ、きゅうり
	10日、24日	白身魚のトマトソース煮 ソテー	白身魚	じゃが芋、油	玉ねぎ、人参、にんにく ほうれん草、コーン缶
	11日、25日	煮込みうどん	鶏肉、油揚	干めん	人参、ねぎ
	13日、27日	キャベツのスープ煮 切干大根のマヨあえ	豚肉、ツナ缶	じゃが芋、油 マヨネーズ、さとう	キャベツ、玉ねぎ、人参 切干大根、きゅうり
	14日、28日	ゆかり揚げ おひたし、パイン缶	鶏肉、花かつお	片栗粉、油	白菜、人参、小松菜、パイン缶
	16日	酢豚風ソテー ツナのあえもの	豚肉、ツナ缶	油、さとう、片栗粉	人参、玉ねぎ、ピーマン きゅうり
	17日、31日	チャンプルー 春雨スープ、果物	豆腐、鶏肉、乾燥わかめ	油、さとう、春雨	玉ねぎ、人参、にら えのき茸、果物
	18日	肉うどん、チーズ	豚肉、チーズ	干めん	人参、玉ねぎ、しめじ、小松菜
	20日	ひじきごはん すまし汁	ひじき、鶏肉、乾燥わかめ	油あげ	人参、グリーンピース、コーン缶 玉ねぎ
誕生会29日	ツナピラフ スープ、果物	ツナ缶、豆腐、乾燥わかめ	油	玉ねぎ、人参、コーン缶、ピーマン エリンギ、あさつき、果物	
間 食	1日、15日	フライドポテト		じゃが芋 油	
	2日、30日	いなりごはん	油揚	米 さとう	
	7日、28日	ういろう		上新粉 さとう	
	8日、22日	鮭おにぎり	サケフレーク	米	
	9日、23日	ほうれん草ホットケーキ	無調整豆乳 おから	米粉 さとう 油	ほうれん草
	10日、24日	焼うどん	豚肉 花かつお	米粉めん 油	白菜
	13日、27日	かぼちゃきな粉	きな粉	さとう	南瓜
	14日	ヨーグルト 菓子	ヨーグルト	菓子	
	16日	納豆腐パン	花かつお 納豆 無調整豆乳 豆腐	米粉 タピオカ粉 コーンスターチ	
	17日、31日	ツナとじゃが芋のガレット風	ツナ缶	ごま油 じゃが芋 片栗粉	
	20日	ムース 菓子		ムース 菓子	
	21日	フルーツミックス			もも缶 パイン缶 みかん缶
	誕生会29日	カステラケーキ	豆乳生クリーム	カステラ さとう	パイン缶 みかん缶

※ こんだては多少変更する場合があります。

※ 太字は主菜に含まれる食品です。