

# 給食ニュース 2023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(月)	ごはん 炒り豆腐	米 鶏ひき肉、豆腐、人参、玉ねぎ、干しいたけ、醤油、酒、砂糖、みりん	
おかかおにぎり	野菜のゆかり和え みそ汁	キャベツ、人参、キュウリ、ゆかり粉、塩 味噌、大根、人参、油揚げ、かつおぶし	
2日(火)	ごはん 白身魚フライ	米 タラ、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース	
鯉おにぎり	和風タルタルソース 野菜付け合わせ お吸い物	卵、らっきょう漬、塩昆布、ネギ、マヨネーズ キャベツ、キュウリ 玉ねぎ、わかめ、豆腐、ふ、醤油、みりん、かつおぶし	
6日(土)	午前:牛乳 午後:スティックパン	<b>土曜保育 お弁当になります</b>	
8日(月)	ハヤシライス フルーツヨーグルト	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ハヤシルー プレーンヨーグルト、バナナ、みかん缶、砂糖	
わかめおにぎり			
9日(火)	青菜とおかかの混ぜご飯 ちくわのゆかり揚げ もやしとツナのごま和え みそ汁	米、小松菜、かつおぶし、薄口醤油、昆布、塩 ちくわ、卵、小麦粉、ゆかり粉、油 もやし、人参、キュウリ、ツナ、醤油、すりごま 味噌、たけのこ、わかめ、油揚げ、かつおぶし	
10日(水)	お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです	<b>給食室でお弁当箱に詰めます</b>	
ごはん 煮魚	米 赤魚、生姜、醤油、酒、砂糖、みりん		
ポテトフライ	スパゲティ、キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、すりごま、醤油 味噌、玉ねぎ、なめこ、豆腐、かつおぶし		
11日(木)	ミートソーススパゲティ コールスローサラダ もずくスープ	スパゲティ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、にんにく、ホールトマト、ケチャップ、コンソメ キャベツ、人参、キュウリ、ハム、コーン、酢、油、塩 玉ねぎ、もずく、えのき茸、卵、中華あじ、塩	
塩昆布おにぎり			
12日(金)	ごはん 手作りふりかけ 鶏肉の塩焼揚げ 野菜スティック (味噌マヨネーズ) みそ汁	米 わかめ、すりごま、かつおぶし粉、青のり、塩 鶏肉、塩、片栗粉、油 大根、キュウリ、人参 味噌、みりん、マヨネーズ 味噌、キャベツ、人参、高野豆腐、かつおぶし	
13日(土)	午前:牛乳 午後:バナナ	<b>土曜保育 お弁当になります</b>	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
15日(月)	ごはん 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、しらたき、いんげん、醤油、酒、みりん、砂糖 キャベツ、かぶ、人参、キュウリ、かつおぶし、醤油、すりごま 味噌、大根、人参、厚揚げ、かつおぶし	
鯉わかめおにぎり	野菜のごまおかか和え みそ汁		
16日(火)	ごはん ミートボールの煮込み マカロニサラダ みそ汁	米 豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、人参、いんげん、醤油、砂糖、みりん、片栗粉 マカロニ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、玉ねぎ、豆腐、わかめ、かつおぶし	
カレーピラフおにぎり			
17日(水)	<b>午前保育 預り保育 お弁当の日 給食希望の方の献立</b>		
おかかおにぎり	ハムと小松菜の混ぜご飯 高野豆腐の竜田揚げ カレーもやし お吸い物	米、小松菜、ハム、卵、中華あじ、醤油、ごま油、塩 高野豆腐、醤油、酒、生姜、みりん、片栗粉、油 もやし、人参、キュウリ、ツナ、カレー粉、塩 玉ねぎ、わかめ、豆腐、はんぺん、醤油、みりん、かつおぶし	<b>給食室でお弁当箱に詰めます</b>
18日(木)	ジャージャー麺 オレンジ寒天 もやしスープ	中華麺、豚ひき肉、人参、ネギ、干しいたけ、にんにく、生姜、甜麺醤、中華あじ、醤油、片栗粉、ごま油、キュウリ オレンジジュース、寒天、砂糖 もやし、玉ねぎ、人参、中華あじ、塩	
塩昆布おにぎり			
19日(金)	ごはん 炒り鶏 ポテトサラダ みそ汁	米 鶏肉、人参、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、いんげん、醤油、酒、砂糖 じゃが芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ 味噌、キャベツ、人参、油揚げ、かつおぶし	
あんこパン			
20日(土)	午前:牛乳 午後:ロールパン	<b>土曜保育 お弁当になります</b>	
22日(月)	カレーライス キャベツとツナのサラダ	米、豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、生姜、にんにく、カレールー キャベツ、人参、キュウリ、ツナ、マヨネーズ、塩	
鯉おにぎり			
23日(火)	ごはん 麻婆豆腐 もやしのナムル わかめスープ	米 豆腐、豚ひき肉、人参、ネギ、生姜、にんにく、甜麺醤、酒、醤油、ごま油、中華あじ、片栗粉 もやし、人参、キュウリ、すりごま、醤油、ごま油 わかめ、玉ねぎ、ベーコン、コンソメ、塩	
ゆかりおにぎり			
24日(水)	<b>お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです</b>		
ごはん 高野豆腐のフライ	米 高野豆腐、卵、小麦粉、パン粉、油、ソース		
キャベツ 青のり粉ふき みそ汁	キャベツ じゃが芋、塩、青のり 味噌、玉ねぎ、豆腐、なめこ、かつおぶし		
混ぜご飯おにぎり			

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
25日(木)	うどん かき揚げ チキンライスおにぎり	うどん、醤油、みりん、かつおぶし 玉ねぎ、人参、ちくわ、いんげん、小麦粉、卵、油 キャベツ、人参、キュウリ、塩昆布、塩	
26日(金)	ハンバーグ 卵サンド ウィンナーソーテー フルーツ 野菜スープ	食パン、ハム、キュウリ、マヨネーズ ロールパン、卵、マヨネーズ ウィンナー、油 バナナ キャベツ、人参、玉ねぎ、コンソメ、塩	
27日(土)	午前:牛乳 午後:あんこパン	<b>土曜保育 お弁当になります</b>	
29日(月)	ごはん 肉豆腐 もやしと青菜のごま和え みそ汁	米 豚肉、豆腐、玉ねぎ、人参、醤油、酒、みりん、砂糖、片栗粉 もやし、人参、小松菜、すりごま、醤油 味噌、大根、人参、小松菜、かつおぶし	
豆蒸しパン			
30日(火)	ごはん 煮魚 春雨サラダ ごまおかかおにぎり	米 メバル、醤油、酒、みりん、砂糖、生姜 春雨、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、卵、マヨネーズ、塩 味噌、玉ねぎ、わかめ、豆腐、かつおぶし	
31日(水)	<b>お弁当の日 給食希望の方のメニューは下記の通りです</b>		
ごはん 鶏肉と厚揚げの煮物	米 鶏肉、人参、厚揚げ、いんげん、醤油、酒、みりん、砂糖 じゃが芋、人参、クリームコーン、塩 青のり 玉ねぎ、人参、卵、醤油、みりん、かつおぶし、片栗粉		
鯉わかめおにぎり	ポテトコーン かき玉汁		

## ジャージャー麺 (18日の献立より)

材料 4人分

- ・中華麺……………4玉
- ・豚ひき肉……………300g
- ・人参……………1/2本
- ・ネギ……………1/2本
- ・干し椎茸……………10g
- ・にんにく……………少々
- ・生姜……………少々
- ・甜麺醤……………大3
- ・中華あじ……………小1
- ・醤油……………大2
- ・水溶き片栗粉…大4
- ・ごま油……………適量
- ・キュウリ

- ①干しいたけは水に戻して細かく刻んでおく  
※戻した汁はとっておく
- ②にんにく、生姜、人参、ネギはみじん切りにしておく
- ③熱した鍋にごま油をひいてにんにく、生姜、ネギ、干しいたけを炒め、香りが出てきたらひき肉を入れる
- ④ひき肉を炒めたら、醤油、甜麺醤を入れて炒め、人参のみじん切りを入れる
- ⑤椎茸戻し汁1カップを入れ、中華あじ(ガラスープでも可)を入れ味がなじんできたら水溶き片栗粉でとろみをつける
- ⑥中華麺は茹でたら流水で洗い、皿に盛り⑤を乗せて最後にキュウリの細切りを添えて出来上がり