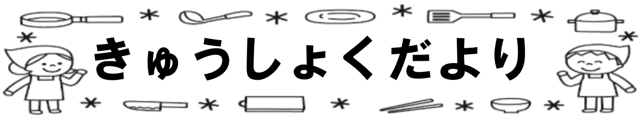
２０２５年

双葉ヶ丘幼稚園（幼稚園部）



きゅうしょくだより

〈調理担当〉
池田　後藤
山嵜　南

〈献立担当〉橋本

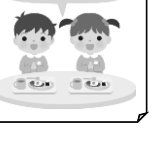
日付	行事	ｽﾌﾟｰﾝ	献立	エネルギー(kcal)	材料名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 木		★	ハヤシライス、フルーツポンチ	235.6	砂糖、油、片栗粉	牛肉	玉葱、人参、みかん、パイン、もも、バナナ、ホールトマト、マッシュルーム
02 金			わかめと筍のスープ、ナゲット、人参サラダ、かしわもち	276.7	油、マヨネーズ、砂糖	チキンナゲット、ツナ、卵	人参、玉葱、たけのこ、コーン、いんげん、わかめ
07 水			白菜のみそ汁、鮭の塩焼き、きんぴらごぼう	100.1	砂糖、ごま油	焼きさけ、味噌、ごま	人参、白菜、玉葱、ごぼう、いんげん、ねぎ
08 木			豆腐と揚げのみそ汁、メンチカツ、コールスローサラダ	200.5	マヨネーズ、油、砂糖	メンチカツ、木綿豆腐、味噌、ロースハム、油揚げ	キャベツ、胡瓜、玉葱、コーン、ねぎ
09 金		★	春雨スープ、和風ビビンバ	156.1	はるさめ、砂糖、ごま油	豚ひき肉、鶏ひき肉、錦糸卵、味噌、ごま	玉葱、もやし、ほうれんそう、胡瓜、人参、ねぎ、コーン、焼きのり、わかめ、しょうが
12 月			麩のすまし汁、トマト煮込みボール、春雨サラダ	227.6	焼ふ、マヨネーズ、はるさめ、砂糖、片栗粉	チキンボール、ロースハム	胡瓜、玉葱、ホールトマト、コーン、えのきたけ、人参、ねぎ、わかめ
13 火			小松菜のみそ汁、豚肉のしょうが焼き、ブロッコリーのおかかあえ	169.6	砂糖、油、片栗粉	豚肉、味噌、油揚げ、かつお節	ブロッコリー、人参、玉葱、小松菜、ねぎ
14 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
15 木			ミネストローネ、白身魚のフライ、ほうれん草とベーコンのソテー	189.0	じゃがいも、油	白身魚フライ、ベーコン	ほうれんそう、玉葱、キャベツ、コーン、人参、ホールトマト
16 金			かぼちゃのみそ汁、照り焼きハンバーグ、キャベツとかにかまの和え物	173.4	砂糖、油、片栗粉	ミニハンバーグ、味噌、かにかまぼこ	キャベツ、かぼちゃ、玉葱、人参、コーン、ねぎ
19 月			汁ビーフン、揚げ餃子、きゅうりともやしのナムル	175.0	ビーフン、油、砂糖、ごま油	ぎょうざ、豚肉、ごま	胡瓜、もやし、人参、玉葱、キャベツ、青ピーマン、赤ピーマン
20 火		★	クリームシチュー、小魚の甘煮	174.8	じゃがいも、砂糖、油	鶏もも肉、牛乳、いわし、ごま、かつお節	玉葱、人参、ブロッコリー、コーン
21 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
22 木			団子汁、さつま揚げ、小松菜とツナのあえ物	143.2	やせうま、砂糖	さつま揚げ、味噌、豚肉、ツナ、油揚げ、ごま	小松菜、人参、玉葱、かぼちゃ、コーン、ねぎ
23 金	お誕生日会	★	野菜スープ、チキン竜田、スパゲティーサラダ、フルーツ盛りスポンジケーキ	467.4	マヨネーズ、スパゲティ、油、砂糖	チキン竜田、ホイップクリーム、ベーコン、ツナ	玉葱、みかん、キャベツ、キウイフルーツ、人参、胡瓜、コーン
26 月			大根のみそ汁、さばの塩焼き、ひじきの煮物	125.8	油、砂糖	さば、ちくわ、油揚げ、米みそ	大根、人参、玉葱、ひじき、ねぎ、わかめ
27 火			レタスとベーコンのスープ、鶏肉のトマト煮込み、ボイルブロッコリー	153.8	砂糖	鶏もも肉、ベーコン	玉葱、ブロッコリー、ミックスベジタブル、ホールトマト、人参、レタス、コーン
28 水	お弁当日		愛情たっぷりのお弁当をお願いします。				
29 木		★	チキンカレー、フルーツヨーグルト	204.5	じゃがいも、砂糖	プレーンヨーグルト、鶏もも肉	玉葱、もも、みかん、パイン、人参、バナナ、青ピーマン
30 金			豆腐汁、ちくわ磯辺揚げ、きゅうりの酢の物	146.7	てんぷら粉、油、砂糖	ちくわ、木綿豆腐	胡瓜、玉葱、人参、ねぎ、わかめ、あおのり
6/2 月			えのきのすまし汁、照り焼きミートボール、白菜のごま和え	144.0	砂糖、片栗粉	チキンボール、しらす干し、ごま	白菜、玉葱、人参、えのきたけ、ねぎ

※★の日は『スプーンとお箸』を持たせて下さい。※仕入れの都合などによりメニューが変更になることがあります。ご了承ください。

【持ち物】

●白ごはん
●おはし
●コップ（毎日持たせて下さい）

「いただきます・ごちそうさまについて」

普段何気なく使っている「いただきます」「ごちそうさま」には、しっかりと意味が込められています。
「いただきます」には、食べ物を作ってくれた方や、料理を作ってくれた方、そして食材自体への感謝の気持ちを表す言葉です。「ごちそうさま」には、食事を用意するために買い物に行ったり、おもてなしをしていただいたことに対するお礼の言葉を表します。
感謝の気持ちを忘れずに「いただきます」「ごちそうさま」をしましょう。