

令和6年5月の予定献立表

未満児

日付		1日	2日	3日	4日
午前おやつ		ゼリー	ヨーグルト		
昼食	◎印・・・手作りおやつ ★印・・・地産地消の日 (丸蔵の野菜を使用します) 未満児さんは毎日主食提供です	鶏肉さっぱり煮 大根サラダ (大根、ツナ、ごぼう、胡瓜、人参、すりごま) みそ汁 (キャベツ、人参、長ねぎ) オレンジ	魚味噌チーズ焼き (マス、チーズ) ブロッコリーとカニカマ (ブロッコリー、玉ねぎ、カニカマ) みそ汁 (木綿豆腐、わかめ、刻み揚げ) こどもの日ゼリー		
午後おやつ		せんべい 牛乳	◎メロンパントースト 牛乳		
		エネルギー：423kcal脂質：9.1g たんぱく質：16.0g塩分：1.4g	エネルギー：457kcal脂質：15.8g たんぱく質：25.7g塩分：1.7g		
日付	6日	7日	8日	9日	10日
午前おやつ		ビスコ 麦茶	シリア	クラッカー 麦茶	せんべい 麦茶
昼食		ミートボールクリーム煮 (ミートボール、マッシュルーム、人参、玉ねぎ) ごぼうサラダ (ごぼう、人参、コーン) コンソメスープ (じゃが芋、ビーマンスライス、玉ねぎ) オレンジ	サワラの味噌マヨ焼き 海藻サラダ (海藻、人参、胡瓜) 具沢山汁 (鶏、人参、ごぼう、胡瓜、人参、ごぼう) バナナ	クロワッサン ポテトクラタン (鶏肉、マカロニ、レタス、人参、チーズ) 温野菜サラダ (ひよこ豆、ブロッコリー、カリフラワー、人参) グレープフルーツ	鶏肉のオーロラソース さつま揚げ煮物 (さつま揚げ、玉ねぎ、人参) コーンサラダ (キャベツ、高野豆腐、人参、コーン) ゼリー
午後おやつ		◎チーズスコーン 麦茶 エネルギー：490kcal脂質：18.1g たんぱく質：13.1g塩分：1.3g	◎デュロス 牛乳 エネルギー：499kcal脂質：13.3g たんぱく質：22.4g塩分：1.7g	◎コーンフレックおこし 牛乳 エネルギー：492kcal脂質：23.0g たんぱく質：14.7g塩分：1.4g	シリア エネルギー：478kcal脂質：11.8g たんぱく質：20.9g塩分：1.4g
日付	13日	14日	15日	16日	17日
午前おやつ	りんごジュース	ビスケット 牛乳	ゼリー	ヨーグルト	クラッカー 牛乳
昼食	メンチカツ キャベツツナマヨ和え (キャベツ、ツナ、人参、いんげん) ワンタンスープ (ワンタン、玉ねぎ、人参、にら) グレープフルーツ	ちゃんぽんうどん (うどん、人参、胡瓜、人参、ごぼう、人参、ごぼう) シューマイ ほうれん草ソテー (ほうれん草、ビーフミンチ、ワインगर) バナナヨーグルト (バナナ、ヨーグルト)	ホッケ塩焼き 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンター) なめこみそ汁 (木綿豆腐、なめこ、長ねぎ) オレンジ	スパニッシュオムレツ (卵、ベーコン、玉ねぎ、じゃが芋、ピーマン、チーズ) ブロッコリーサラダ (ブロッコリー、キャベツ、ツナ) わかめスープ (わかめ、コーン、長ねぎ) バナナ	鶏肉のマーメレード焼き (鶏肉、マーメレード) ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、人参、チーズ) ビーフソテー (ビーフ、人参、玉ねぎ、人参、ピーマン) グレープフルーツ
午後おやつ	◎ブラウニー 牛乳 エネルギー：511kcal脂質：15.9g たんぱく質：13.2g塩分：1.4g	◎おかかおにぎり 麦茶 エネルギー：498kcal脂質：15.5g たんぱく質：20.3g塩分：1.3g	◎あげぼん 牛乳 エネルギー：474kcal脂質：12.9g たんぱく質：18.6g塩分：1.6g	◎ちんすこう 牛乳 エネルギー：503kcal脂質：18.0g たんぱく質：18.5g塩分：1.6g	◎アブリコットヨーグルトトースト 麦茶 エネルギー：491kcal脂質：18.9g たんぱく質：19.0g塩分：1.1g
日付	20日	21日	22日	23日	24日
午前おやつ	ヨーグルト	せんべい 麦茶	りんごジュース	ビスコ 麦茶	シリア
昼食	アジの胡麻焼き (アジ、すりごま) ほうれん草のナムル (ほうれん草、もやし、人参) 豆腐のみそ汁 (豆腐、かつお節、わかめ、長ねぎ) オレンジ	だけのこカレー (鶏肉、じゃが芋、人参、ごぼう、人参、ごぼう) マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、コーン) シリア	レモン揚げ唐揚げ 春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、かにかま) 中華スープ (しいたけ、豆腐、人参、長ねぎ) ゼリー	マスのパン粉焼き (マス、パン粉) アスパラとツナ和え (アスパラ、ツナ、人参) ミネストローネ風スープ (パスタ、キャベツ、ごぼう、人参、ブロッコリー、人参) バナナ	チャーハン (卵、玉ねぎ、人参、クミンピース) ギョーザ ブロッコリーともやし和え (もやし、ブロッコリー) グレープフルーツ
午後おやつ	◎いちごマフィン 牛乳 エネルギー：487kcal脂質：13.0g たんぱく質：23.7g塩分：1.1g	◎マッシュマロサンド 牛乳 エネルギー：482kcal脂質：14.2g たんぱく質：16.9g塩分：1.3g	◎粟飯おにぎり 麦茶 エネルギー：485kcal脂質：13.0g たんぱく質：13.1g塩分：1.4g	◎たご焼き 牛乳 エネルギー：483kcal脂質：16.1g たんぱく質：20.8g塩分：1.5g	おからの実クッキー 牛乳 エネルギー：492kcal脂質：15.3g たんぱく質：20.1g塩分：1.1g
日付	27日	28日	29日	30日	31日
午前おやつ	ビスケット 牛乳	せんべい 麦茶	りんごジュース	ヨーグルト	ビスコ 麦茶
昼食	肉じゃが (豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん) かぼちゃの甘煮 コールスローサラダ (ひよこ豆、キャベツ、胡瓜、コーン) オレンジ	豆腐中華煮 (豆腐、人参、ピーマン、しいたけ、人参、ごぼう) 大根と竹輪サラダ (竹輪、大根、胡瓜、人参) ブロッコリーソテー (ブロッコリー、キャベツ、ビーフミンチ、ウィンター) フルーチェ	アメリカメニュー ハンバーガー (ロールパン、ハンバーグ) フライドポテト チョップドサラダ (キャベツ、人参、カニカマ) パイナップル	サバの味噌煮 人参しりしり (人参、ツナ、卵) じゃが芋のみそ汁 (じゃが芋、玉ねぎ、鰹) グレープフルーツ	タンドライーチキン (鶏肉、玉ねぎ) ツナと春雨サラダ (ツナ、春雨、小松菜) わかたまスープ (卵、わかめ、えのき、長ねぎ) ゼリー
午後おやつ	◎いちごジャムサンド 麦茶 エネルギー：477kcal脂質：13.7g たんぱく質：18.0g塩分：1.1g	◎豆腐ドーナツ 牛乳 エネルギー：438kcal脂質：14.5g たんぱく質：14.0g塩分：1.6g	グレープ 牛乳 エネルギー：485kcal脂質：15.4g たんぱく質：19.8g塩分：1.6g	◎かぼちゃ饅頭 麦茶 エネルギー：473kcal脂質：13.0g たんぱく質：21.4g塩分：1.4g	おからの実かりんどう 牛乳 エネルギー：497kcal脂質：17.6g たんぱく質：17.6g塩分：1.4g

3歳未満児…エネルギー 481kcal(467) たんぱく質 19.9g(19.8) 脂質 14.7g(13.0) 塩分 1.3g(1.4)
 3歳以上児…エネルギー 553kcal(574) たんぱく質 21.1g(24.4) 脂質 16.8g(15.9) 塩分 1.5g(1.5)
 ※ () 内は給与栄養目標値です。栄養価にごはんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。