



献立表



2020/5月分

日	曜	午前のおやつ		食		午後のおやつ		備 考
		3歳未満児		全 園 児	3歳未満児追加分	全 園 児		
1	金	フルーツ ヨーグルト	炒り豆腐(鶏肉・卵) ほうれん草の磯あえ ミニトマト みそ汁(キャベツ・しめじ)	ごはん		カルピス ぺこもち (乳児:マンビ'スガット) バナナ		
2	土	牛乳 果物	五目うどん 青のりポテト オレンジ			牛乳 お菓子	3歳以上児 ごはんは 必要ありませ ん。	
④	18 月	牛乳 果物	中華風照り煮 3色ごま和え みそ汁(こまつな・油あげ)	おにぎり		牛乳 お好み焼き	3歳以上児 おにぎりの日	
⑤	19 火	牛乳 果物	たらの洋風焼き パイン ほうれん草と人参のソテー スープ(キャベツ・ウインナー)	ロールパン		お茶 黒米おにぎり たくあん	3歳以上児 主食がパンでも よい日です。	
⑥	20 水	牛乳 果物	メンチカツ みかん缶 ブロッコリーのおかか和え みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	ごはん		フルチェ ウエハース ☆するめ		
7	21 木	牛乳 果物	しょうゆラーメン 野菜炒め(キャベツ・もやし) グレープフルーツ	豆腐のバター焼き		牛乳 セサミクッキー		
8	22 金	フルーツ ヨーグルト	チキンカレー 豆腐のサラダ 野菜ジュース	ごはん		牛乳 コーンフレーク バナナ		
9	23 土	牛乳 果物	中華風スパゲッティ、もやしのごま和え、キウイフルーツ			ヨーグルト マリービスケット	3歳以上児 ごはんは 必要ありませ ん。	
11	25 月	牛乳 果物	すき焼風煮 オレンジ たたききゅうりのごま正油漬 みそ汁(かぶ)	ごはん		牛乳 フライドおさつ	3歳以上児 おにぎりの日	
12	26 火	牛乳 果物	炒め納豆 スライストマト バンバンジー風サラダ みそ汁(じゃがいも わかめ ねぎ)	ごはん		牛乳 レーズン蒸しパン		
13	27 水	牛乳 果物	鮭ザンギ サラダ菜 ひじきの煮物 パイン みそ汁(豆腐・なめこ)	ごはん		ジョア ぼたぼた焼き ☆小魚		
14	28 木	牛乳 果物	かしわうどん アスパラサラダ バナナ	じゃが芋の塩きんぴら		お茶 みたらし団子		
15	金	フルーツ ヨーグルト	炒り豆腐(鶏肉・卵) ほうれん草の磯あえ ミニトマト みそ汁(キャベツ・しめじ)	ごはん		牛乳 ドーナツ		
	29 金	フルーツ ヨーグルト	くまさんのそぼろ丼 びっくりドンキー風サラダ フライドポテト オレンジ 野菜スープ			牛乳 ケーキ	お誕生日会 3歳以上児 ごはんは 必要ありませ ん。	
16	30 土	牛乳 果物	みそ野菜ラーメン かぼちゃの甘煮 バナナ			牛乳 ミルクカステラ	3歳以上児 ごはんは 必要ありませ ん。	

*5月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー427kcal、たんぱく質16.0g、脂肪13.1gが平均給与量です。

*5月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー365kcal、たんぱく質15.0g、脂肪13.0gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』等を
食べる日です。

※行事等により献立を変更する場合があります。