



5 月 献 立 表



R3.4.30

納内保育園

日	曜	午前おやつ	昼 食		3時おやつ	備 考	
		3歳未満児	全 園 児	3歳未満児	全園児		
1	土	牛乳 キウイ フルーツ	たぬきうどん コロコロじゃがいも バナナ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
③	17 月	牛乳 オレンジ	鮭の照り焼き 五目和え みそ汁(ふのり・揚げ・小ねぎ)	りんご	おにぎり	牛乳 ストーン クッキー	3歳以上児 おにぎりの日
④	18 火	牛乳 ゴールド キウイ	中華風照り煮 3色ごま和え みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)	パイン	ごはん	麦茶 レバー入り お好み焼き	
⑤	19 水	牛乳 りんご	メンチカツ スライストマト ちくわときゅうりの酢の物 みそ汁(大根・なめこ・ほうれん草)		ごはん	フルーツポンチ ウエハース ☆小魚	
6	20 木	ピーチ ヨーグルト	タンメン ひき肉入りきんぴら キウイフルーツ		牛乳 ドーナツ		
7 春の 満足	21 金	牛乳 バナナ	チキンカレー 豆腐のサラダ ジョア(ストロベリー)		ごはん	牛乳 パインチーズ クラッカー	3歳以上児 7日は お弁当の日
8	22 土	牛乳 オレンジ	ツナスパゲッティ ブロッコリーのおかかマヨ和え りんご 麦茶			牛乳 バウムクーヘン	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
10	24 月	牛乳 キウイ フルーツ	炒り豆腐 ほうれん草の磯あえ みそ汁(じゃが芋・にら)	オレンジ	わかめ おにぎり	牛乳 小倉蒸しパン	3歳以上児 おにぎりの日
11	25 火	牛乳 りんご	白身魚のポテトクリーム焼き 中華風サラダ かぶのスープ	パイン	食パン	麦茶 塩昆布おにぎり たくあん	3歳以上児 主食がパンでも もよい日です
12	26 水	牛乳 ゴールド キウイ	鶏ささみとコーンのかき揚げ ミニトマト ひじきの煮物 みそ汁(高野豆腐・大根・ねぎ)		ごはん	牛乳 コーンフレーク バナナ ☆昆布	
13	27 木	牛乳 バナナ	きつねうどん キャベツと焼豚の和え物 りんご			牛乳 きなこ団子	
14	金	みかん ヨーグルト	すき焼風煮 きゅうりのゆかりあえ みそ汁(さつま芋・ねぎ)	ゴールドキウイ	ごはん	牛乳 キャロット パンケーキ	
28 誕生 会	金	みかん ヨーグルト	♪♪♪わくわくアンパンマンランチ♪♪♪ アンパンマンご飯 唐揚げ アンパンマンポテト ブロッコリー 果物 ジュース(りんご・ぶどう)			牛乳 ショートケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
15	29 土	牛乳 りんご	みそ野菜ラーメン かぼちゃの甘煮 バナナ			牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
31	月	牛乳 オレンジ	中華風照り煮 3色ごま和え みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)	パイン	おにぎり	麦茶 レバー入り お好み焼き	3歳以上児 おにぎりの日

*5月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 482kcal、たんぱく質 17.5g、脂肪 14.3g 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 399kcal、たんぱく質 16.8g、脂肪 15.0g 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、午後のおやつ時に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。

