



# 5月献立表

R5.4.28 納内保育園

日	曜	午前おやつ 3歳未満児		全園児 食		午後おやつ 全園児		備考
1	15	月	牛乳 オレンジ	白身魚の磯辺焼 五目きんぴら みそ汁(ほうれん草・豆腐) パイン	ごま塩 おにぎり	牛乳 フライドおさつ	3歳以上児 おにぎりの日	
2	16	火	牛乳 キウイ	厚揚げの中華煮 ブロッコリー みそ汁(しめじ・じゃがいも) オレンジ	ごはん	牛乳 いろいろこいのぼり 牛乳 アンパンマン蒸しパン		
③	17	水	牛乳 バナナ	チキンカツ 和風サラダ みそ汁(キャベツ・油揚げ) キウイ	ごはん	フルーツヨーグルト A字ビスケット		
④	18	木	牛乳 オレンジ	わかめうどん ちくわときゅうりの味噌マヨネーズ和え バナナ		牛乳 セサミドーナツ		
⑤	19	金	フルーツ ヨーグルト	レバー入カレー ごま酢和え 豆腐とえのきの中華スープ	ごはん	牛乳 パイン せんべい ☆するめ		
6	20	土	牛乳 果物	しょうゆラーメン ジャーマンポテト オレンジ		牛乳 プチケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
8	22	月	牛乳 バナナ	すき焼風煮 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(大根・なめこ) ゴールドキウイ	おにぎり	牛乳 キャロット パンケーキ	3歳以上児 おにぎりの日	
9	火	🍴🌸🏠 春の遠足 ※全園児お弁当の日です 🍱🌸🍴					パックジュース お菓子	
23	火	牛乳 オレンジ	さけのマヨネーズ焼き ブロッコリーの三色サラダ キャベツとベーコンのスープ バナナ	ロールパン	麦茶 焼きそば	3歳以上児 主食がパンで もよい日です		
10	24	水	牛乳 キウイ	ミックスコロッケ ひじきの煮物 みそ汁(えのき・小松菜) ミニトマト	ごはん	牛乳 ☆小魚 コーンフレーク バナナ		
11	25	木	牛乳 バナナ	塩ラーメン コロコロじゃがいも パイン		牛乳 みたらし団子		
12	26	金	フルーツ ヨーグルト	高野豆腐と鶏肉の卵とじ 酢の物 みそ汁(もやし・ねぎ) オレンジ	ごはん	牛乳 きな粉クッキー		
13	27	土	牛乳 果物	サンドイッチ(ハムチーズ・いちご) 牛乳 ほうれん草とベーコンのソテー キウイ		プリン お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
29	月	牛乳 オレンジ	チキンカツ 和風サラダ みそ汁(キャベツ・油揚げ) キウイ	ごはん	フルーツヨーグルト A字ビスケット	3歳以上児 おにぎりの日		
30	火	牛乳 キウイ	中華風照り煮 おひたし(ほうれんそう・もやし) みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ) パイン	ごはん	牛乳 フレンチトースト			
31	誕生会	水	牛乳 バナナ	🌟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 ミニトマト ブロッコリー 果物 ジュース		牛乳 フルーツサンド	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	

\*5月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 462kcal、たんぱく質 17.4g、脂肪 15.2g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 354kcal、たんぱく質 15.9g、脂肪 15.7g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』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。