



月 献 立 表



新中央保育園

日	曜	午前おやつ 3歳未満児	全 園 児 食	3歳未満児	3時おやつ 全園児	備 考
5	19 月	牛乳 バナナ	さばのカレー焼き 白和え みそ汁(玉ねぎ・わかめ) りんご	ごはん	牛乳 フレンチドッグ	
6	20 火	牛乳 キウイ	中華風照り煮 ブロッコリーのおかかマヨ和え みそ汁(高野豆腐・白菜) パイン	ごはん	牛乳 焼きそば	
7	七草	水	豆腐の五目揚げ きゅうりともやしの酢の物 七草入りすまし汁 ミニトマト	ごはん	フルーツ ヨーグルト ウエハース	
	21 水	牛乳 りんご	豆腐の五目揚げ きゅうりともやしの酢の物 みそ汁(かぶ・人参) ミニトマト	ごはん	フルーツ ヨーグルト ウエハース	
8	22 木	牛乳 みかん	豚汁うどん コロコロじゃがいも キウイ		牛乳 ☆昆布 キャロット パンケーキ	3歳以上児 おにぎりの日
9	金	フルーツ ヨーグルト	コーンカレー 中華風サラダ かぶのスープ	ごはん	牛乳 みかん せんべい	
	23 誕生会	金	☆ハッピー福笑いランチ☆ 福笑いカレーライス 中華風サラダ 野菜ジュース(アップル&キャロット) みかん		牛乳 チョコケーキ はな組: ショートケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
10	24 土	牛乳 果物	スパゲティナポリタン かぼちゃのごま和え バナナ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
⑫	26 月	牛乳 みかん	すき焼風煮 かりこりきゅうり みそ汁(わかめ・大根) パイン	ごはん	牛乳 肉まん風	
13	27 火	牛乳 バナナ	レバーの竜田揚げ 中華ごま和え みそ汁(なめこ・豆腐) りんご	ごはん	牛乳 カルピスゼリー ビスコ	
14	28 水	牛乳 キウイ	たらふくのムニエル ブロッコリーの三色サラダ クラムチャウダー みかん	ロール パン	麦茶 わかめおにぎり ベビーチーズ	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
15	29 木	牛乳 りんご	塩ラーメン うま煮 キウイ		牛乳 かぼちゃの チーズ焼き	3歳以上児 おにぎりの日
16	30 金	フルーツ ヨーグルト	みそおでん 納豆和え すまし汁(ふ・かまぼこ・えのき) パイン	ごはん	牛乳 ☆小魚 ジャムサンド (いちご)	
17	31 土	牛乳 果物	あんかけうどん さつまいもの甘煮 みかん		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません

*1月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 445kcal、たんぱく質 17.8g、脂質 14.4g、塩分 1.6gが平均給与量です。

*1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 372kcal、たんぱく質 18.5g、脂質 15.8g、塩分 2.1g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。