



# 5がつのこんだてひょう



	げつようび 日	かようび 日	すいようび 日	もくようび 1日	きんようび 2日	どようび 3日	
午前おやつ	 ※29日(木)は誕生会です。3歳以上児さんは、お茶コップ・はしを持ってきてください。ご飯はいりません。 ※都合により献立が変更になる事があります。		5月の予定栄養摂取量	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子	憲法記念日	
お昼			エネルギー 417cal	たらの酢豚風	ミートローフ		
午後おやつ			たんぱく質 20.3g	ナムル	ほうれん草のソテー		
夕食のおすすめ			脂質 17.2g	味噌汁・バナナ	韓国風卵スープ・パイナップル		
	塩分 1.8g	ほうじ茶・わかめおにぎり	麻婆豆腐	こどもの日ゼリー・せんべい	赤魚の煮魚		
	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
午前おやつ	こどもの日 		ヨーグルト	豆乳・お菓子	牛乳・バナナ	希望保育 (お弁当&おやつ) 	
お昼			振替休日	鮭の西京焼き	炒り豆腐		豚肉の生姜焼き
午後おやつ				れんこんの梅マヨ和え	南瓜のバター煮		キャベツの昆布和え
夕食のおすすめ				せんべい汁・バナナ	味噌汁・パイナップル		田舎汁・オレンジ
			牛乳・シュガートースト	牛乳・青のりポテト	ヨーグルト・ビスコ		
			鶏の唐揚げ	焼きそば	チャーハン		
	12日	13日	14日	15日(ちゅうりっぷクッキング)	16日	17日	
午前おやつ	ヨーグルト	牛乳・お菓子	豆乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子	
お昼	かじきの梅焼き じゃがのカレー煮 とり野菜味噌汁・パイナップル	白菜と生揚げのうま煮 五目納豆 味噌汁・オレンジ	干草焼き ひじきの煮物 ワントンスープ・ゼリー	タンドリーチキン 切干大根のガーリック炒め 味噌汁・オレンジ	焼売の野菜あんかけ 胡瓜とささみの梅和え 味噌汁・パイナップル	キンパ風混ぜご飯 味噌汁 バナナ	
午後おやつ	牛乳・きな粉サンド	煮込みうどん	牛乳・豆腐バナナ蒸しパン	ジョア・ツナチーズトースト	ヨーグルト・せんべい		
夕食のおすすめ	チンジャオロース	ささみフライ	焼き魚	親子丼	カレーライス		
	19日	20日(あやめクッキング)	21日	22日(ひまわりクッキング)	23日	24日	
午前おやつ	ヨーグルト	牛乳・お菓子	野菜ジュース・お菓子	ヨーグルト	牛乳・バナナ	希望保育 (お弁当&おやつ) 	
お昼	高野豆腐のトマト焼き もやしと胡瓜の酢の物 なめこ汁・オレンジ	鶏ひき肉のつくね焼き マカロニサラダ 味噌汁・バナナ	米粉のポテトグラタン ブロッコリーの塩ナムル わかめスープ・パイナップル	野菜炒め ミックス納豆 味噌汁・オレンジ	ささかまフライ チンゲン菜の骨太和え けんちん汁・パイナップル		
午後おやつ	牛乳・米粉のカップケーキ	豆乳・ホットケーキ	ほうじ茶・たけのこご飯	幼児牛乳・ポパイスパゲッティ	ヨーグルト・せんべい		
夕食のおすすめ	豚肉のおろし煮	(絵本給食) 	魚のねぎ味噌焼き	手羽中の照り焼き	煮込みハンバーグ		
	26日	27日	28日	29日(誕生会)	30日	31日	
午前おやつ	ヨーグルト	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子	
お昼	鶏肉のマーマレード焼き 切干大根サラダ 味噌汁・オレンジ	鯖の塩焼き 野菜のうま煮 豚汁・バナナ	高野豆腐のオランダ煮 ほうれん草のなめ茸和え 味噌汁・パイナップル	カレーピラフ チキンナゲット・コールスロー 春雨スープ・オレンジ	和風きんぴら包みやき ねばねばサラダ 鮭のつみれ汁・グレープフルーツ	ナポリタン スープ バナナ	
午後おやつ	牛乳・バターロール	幼児牛乳・お好み焼き	ジョア・スイートポテト	牛乳・南瓜ケーキ	ヨーグルト・せんべい		
夕食のおすすめ	春巻き	肉豆腐	魚のあんかけ	豚肉の野菜巻き	ミートソーススパゲッティ		