

# 令和3年5月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 土	エッグサンド いちごジャムサンド ココロスープ 牛乳 ゴールデンキウイ	ぶどうゼリー もち麦せんべい	鶏卵 全卵(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	ロールパン マヨネーズ(全卵型) いちご(ジャム、低糖度) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) レタス(生糖栽培、結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) ゴールデンキウイ	エネルギー：520kcal たんぱく：15.4g 脂質：19.1g	加減M：194mg 食塩相当量：3.3g
2 日	<div style="text-align: center;"> <p>憲法記念日 みどりの日 こどもの日</p> </div>						
3 月							
4 火							
5 水							
6 木							
7 金	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 卵スープ 牛乳 なつみ	ジョア(プレーン) 焼きおにぎり	ぶた大型種 かつお(脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵 全卵(生) 普通牛乳100	蒸し中華めん サフラワー油(ハイオレイック) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 有塩バター	あおさ(葉干し) たまねぎ(りん茎、生) 青ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) はさい(結球葉、生) ぶなしめじ(生) チンゲンサイ(葉、生) うんしゅうなんばん(しょうゆ漬)	エネルギー：625kcal たんぱく：26.6g 脂質：18.8g	加減M：458mg 食塩相当量：0.9g
8 土	ソフトフランス(ジャムマーガリン) なすとひき肉のみそ炒め 牛乳 宇和ゴールド	野菜&フルーツ ジュース ぼたぼた焼き	米みそ(甘みそ) ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳200	ジャムパン 無塩バター 車輪(三温糖) サフラワー油(ハイオレイック) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) 赤ピーマン(果実、生) なす(果実、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：641kcal たんぱく：21.4g 脂質：24.7g	加減M：293mg 食塩相当量：1.7g
9 日	<div style="text-align: center;"> <p>憲法記念日 みどりの日 こどもの日</p> </div>						
10 月							
11 火							
12 水							
13 木							
14 金	マーボーラーメン ひじきサラダ 茹でアスパラ えんどう 牛乳 バナナ	ジョア(マスカット) お好み焼き	若鶏、もも(皮つき、生) 凍り豆腐(乾) 鶏卵 全卵(生) ベーコン(ベーコン) 普通牛乳 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 普通牛乳100(1リットル) 水稲穀粒(精白米) 鶏卵(生) 納豆(生) 納豆(生) 黄だし(水煮缶詰) 普通牛乳100 鶏卵 全卵(生) ベーコン(ベーコン)	車輪(三温糖) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 無塩バター 焼きふ(観音) プレミックス粉(ホットケーキ用)	中巻めん(生) ごま油 マヨネーズ(全卵型) 車輪(三温糖) 薄力粉(1等)	エネルギー：585kcal たんぱく：24.5g 脂質：14.7g	加減M：464mg 食塩相当量：1.6g
15 土	ツナトースト チキンポトフ 牛乳 宇和ゴールド	なかよしプリン コーンポタージュ せんべい	まぐろ(刺身) フレーク ライト プロセスチーズ 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100	食パン マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) フロッキー(花序、生) グレープフルーツ(白肉種、砂じょう、生)	エネルギー：602kcal たんぱく：22.9g 脂質：24.6g	加減M：274mg 食塩相当量：3.2g
16 日	<div style="text-align: center;"> <p>憲法記念日 みどりの日 こどもの日</p> </div>						
17 月							
18 火							
19 水							
20 木							
21 金	たけのこご飯 タラのホイル焼き 三色和え なめこ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた大型種 かつお(脂身つき、生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	でん粉(じゃがいもでん粉) サフラワー油(ハイオレイック) 車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、生) たけのこ(水煮缶詰) いら(葉、生) フラックマッペもやし(生) さやいんげん(若ざや、生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：338kcal たんぱく：11.2g 脂質：12.3g	加減M：88mg 食塩相当量：1.4g
22 土	ポークチャップ コールスローサラダ コーンスープ 清見オレンジ	牛乳 揚げパン	ぶた大型種 かつお(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	車輪(三温糖) オリーブ油 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型) コッパン サフラワー油(ハイオレイック)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、ゆで) きゅうり(果実、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン缶詰(クリームスタイル) バルンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：479kcal たんぱく：20.5g 脂質：25.2g	加減M：173mg 食塩相当量：1.4g
23 日	<div style="text-align: center;"> <p>憲法記念日 みどりの日 こどもの日</p> </div>						
24 月							
25 火							
26 水							
27 木							
28 金	たけのこご飯 タラのホイル焼き 三色和え なめこ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	成鶏、もも(皮つき、生) かつお節 油揚げ ます(生) 納豆(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) 車輪(三温糖) 無塩バター ショートケーキ	にんじん(根、皮つき、生) たけのこ(水煮缶詰) さやえんどう(若ざや、生) えのきたけ(生) ぶなしめじ(生) キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) こまつな(葉、生) ちんね(葉、生) こまつな(葉、生)	エネルギー：605kcal たんぱく：27.5g 脂質：18.3g	加減M：237mg 食塩相当量：0.9g
29 土	甘バターサンド 春雨とひき肉のソテー 牛乳 バナナ	ヤクルト ぼかうけ	ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳200	クリームサンド 緑豆(はるさめ(乾) 米菓(塩せんべい)	ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) バナナ(生)	エネルギー：632kcal たんぱく：21.9g 脂質：20.9g	加減M：330mg 食塩相当量：1.3g
30 日	<div style="text-align: center;"> <p>憲法記念日 みどりの日 こどもの日</p> </div>						
31 月							
1 土							
2 日							
3 月							

給食MEMO  
 3日(月) ④憲法記念日  
 4日(火) ④みどりの日  
 5日(水) ④こどもの日  
 21日(金) お誕生会

※材料の都合により献立が変わることがあります。



# 令和3年5月 献立表

3歳未満児

会津報徳保育園

日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価										
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える											
1 土	牛乳 ウエハース	いちごジャムサンド たまごサラダ ココロスープ ゴールデンキウイ	ぶどうゼリー もち麦せんべい	普通牛乳100 鶏卵 全卵(生) ベーコン(ベーコン)	ウエハース ロールパン いちご(ジャム 低糖度) マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結 球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ (結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) ゴールデンキウイ	エネルギー：470kcal タンパク：13.8g 脂質：17.1g	カルシウム：177mg 食塩相当量：3.1g									
2 日																	
3 月										憲法記念日							
4 火										みどりの日							
5 水										こどもの日							
6 木										ぶどうジュース アンパンマン せんべい	五目納豆 さつまいもの甘煮 茹でアスパラ ご飯 大根汁 清見オレンジ	牛乳 カレーパン	焼き竹輪 鶏卵 全卵(生) 糸引き 納豆 プロセステーズ 油揚げ かつ お節 米も(甘みそ) 普通牛乳 100 ふた、ひき肉(生)	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵型) さつまいも(塊根、皮むき、生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ロールパン オ リーブ油 バン粉(乾燥)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮 つき、生) だいこん(根、皮つき、生) ア スパ(若葉、生) ハンシニアオレン ジ(炒じょう、生) たまねぎ(りん茎、生)	エネルギー：602kcal タンパク：20.3g 脂質：18.4g	カルシウム：278mg 食塩相当量：1.4g
7 金	牛乳 ムーンライト	焼きそば 鶏肉のさっぱり煮 卵スープ なつみ	ジョア(プレーン) 焼きおにぎり	普通牛乳100 ぶた大型種 かつ (脂身つき、生) 若鶏、もも(皮つ き、生) 鶏卵 全卵(生)	ビスケット(ソフト) 蒸し中華めん サフ ラフー油(ハイオレイック) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 有塩バター	あぶら(煮干し) たまねぎ(りん茎、生) 青 ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つ き、生) キャベツ(結球葉、生) はくさい (結球葉、生) ふなめじ(生) チンゲンサイ (葉、生) うまいやうみかん(皮むき、生)	エネルギー：571kcal タンパク：22.6g 脂質：18.4g	カルシウム：449mg 食塩相当量：0.8g									
8 土	ヤクルト ゴマクラッカー	ソフトフランス(ジャムマーガリン) なすとひき肉のみそ炒め 牛乳 宇和ゴールド	野菜&フルーツ ジュース ぼたぼた焼き	米も(甘みそ) ふた、ひき肉(生) 普通牛乳100	クラッカー(ソーダ) ごま(粒) ジャムパン 無塩バター 車糖(三温糖) サフラー油 (ハイオレイック) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) 赤ピーマン(果実、 生) なす(果実、生) グレープフルーツ (白肉種、炒じょう、生)	エネルギー：553kcal タンパク：13.9g 脂質：17.1g	カルシウム：211mg 食塩相当量：1.4g									
9 日																	
10 月	牛乳 味しらべ	アスパラシチュー ひじきと炒り豆腐 かぼちゃの甘煮 ご飯 ゴールデンキウイ	フルーツヨーグルト 芋花子	普通牛乳100 若鶏、むね(皮つき、 生) 焼き竹輪 木綿豆腐 ヨー グル(全卵無糖)	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、皮な し、生) 車糖(三温糖) サフラー油(ハ イオレイック) 水稲穀粒(精白米) さつ まいも(塊根、皮むき、生)	スイートコーン(缶詰) ホールカーネルス スタイル) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ (結球葉、生) アスパラガス(若葉、生) にん じん(根、皮つき、生) ひじき(ほしひじき) 日本がほし(調理、生) キーリング(生)	エネルギー：503kcal タンパク：14.9g 脂質：15.5g	カルシウム：311mg 食塩相当量：1g									
11 火	麦茶 バナナ	さわらのねぎ味噌焼き チーズ マカロニサラダ ご飯 まいたけ汁 メロン	牛乳 ビスコ	さわ(生) 米も(甘みそ) ハム (ロース) 納豆 かつお節 プロセステーズ 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) 蒸し中華めん(乾) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	あぶら(煮干し) たまねぎ(りん茎、生) 青 ピーマン(果実、生) にんじん(根、皮つ き、生) キャベツ(結球葉、生) はくさい (結球葉、生) ふなめじ(生) チンゲンサイ (葉、生) うまいやうみかん(皮むき、生)	エネルギー：544kcal タンパク：17.9g 脂質：18.9g	カルシウム：219mg 食塩相当量：1.4g									
12 水	りんごゼリー	鶏のから揚げ 小松菜和え 金時豆 ご飯 たけのこ汁 宇和ゴールド	牛乳 手作り セサミトースト	若鶏、もも(皮つき、生) かつお節 米も(甘みそ) さざげ(全粒、乾) 普通牛乳100	サフラー油(ハイオレイック) でん粉 (じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) 水稲 穀粒(精白米) 食パン ざらめ(グラ ニュー糖) 有塩バター ごま(すり)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生)、 にま(葉、生) えのきたけ(生) にん じん(根、皮つき、生) わかめ(原産、生) た けのこ(水煮缶詰) グレープフルーツ(白 肉種、炒じょう、生)	エネルギー：561kcal タンパク：18.3g 脂質：18.9g	カルシウム：184mg 食塩相当量：2.2g									
13 木	野菜生活 ぱりんこ	筑前煮 スペニッシュオムレツ ご飯 小松菜汁 清見オレンジ	牛乳 手作りミルクレープ	若鶏、むね(皮つき、生) 凍り豆腐 (乾) 鶏卵 全卵(生) ベーコン (ベーコン) 普通牛乳 かつお節 米も(甘みそ) 普通牛乳100 普 通牛乳100 水稲穀粒(精白米)	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) じゃ がいも(塊茎、皮なし、生) 無塩バター 焼 きふ(乾世ふ) 水稲穀粒(精白米) プレミ ックス粉(ホットケーキ用)	たけのこ(水煮缶詰) にんじん(根、皮つ き、生) さやいんげん(若ざや、生) た まねぎ(りん茎、生) トマト缶詰(ホール、 食塩無添加) こまつな(葉、生) ハンシ ニアオレンジ(炒じょう、生) キーリング(生)	エネルギー：509kcal タンパク：17.4g 脂質：16.9g	カルシウム：205mg 食塩相当量：1.3g									
14 金	麦茶 Caせんべい	マーボーラーメン ひじきサラダ 茹でアスパラ ご飯 牛乳 バナナ	ジョア(マスカット) お好み焼き	さわ(生) 米も(甘みそ) ハム (ロース) 納豆 かつお節 プロセステーズ 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 中華めん(生) ごま油 マヨネーズ(全卵型) 車糖(三温糖) 薄 力粉(1等)	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生)、 にま(葉、生) えのきたけ(生) にん じん(根、皮つき、生) わかめ(原産、生) た けのこ(水煮缶詰) グレープフルーツ(白 肉種、炒じょう、生)	エネルギー：505kcal タンパク：20.7g 脂質：12.4g	カルシウム：440mg 食塩相当量：1.3g									
15 土	牛乳 芋けんぴ	ツナトースト チキンポトフ 宇和ゴールド	なかよしプリン コーンポタージュ せんべい	普通牛乳100 まぐろ類缶詰(油漬、 フレーク、ライト) プロセステーズ 若鶏、もも(皮つき、生)	芋かりんとう 食パン マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩 せんべい)	スイートコーン(缶詰) ホールカーネルス スタイル) キャベツ(結球葉、生) たまねぎ (りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) プ ロコリー(花序、生) グレープフルーツ (白肉種、炒じょう、生)	エネルギー：507kcal タンパク：17.2g 脂質：20.8g	カルシウム：234mg 食塩相当量：2.3g									
16 日																	
17 月	牛乳 きなこせんべい	春雨スープ 鶏肉のオレンジ煮 ナムル ご飯 ゴールデンキウイ	手作り 飲むヨーグルト チョコイス	普通牛乳100 ベーコン(ベーコン) 若鶏、もも(皮つき、生) ヨーグルト (全卵無糖) 普通牛乳1リットル	米菓(塩せんべい) 緑豆はるさめ(乾) ハ ンシニアオレンジ(50%果汁入り飲料) 無 塩バター ごま油 水稲穀粒(精白米) 乳 酸菌飲料(乳製品) ビスケット(ソフト)	チンゲンサイ(葉、生) スイートコーン(未 熟種子、炒で) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) プラックマッペ や(生) きゅうり(果実、生) みずな(葉、 生) キーリング(生)	エネルギー：481kcal タンパク：15g 脂質：16.4g	カルシウム：264mg 食塩相当量：1.5g									
18 火	牛乳 バナナ	酢豚 半月卵 茹で絹さや ご飯 牛乳汁 宇和ゴールド	スポロン サラダせんべい	普通牛乳1リットル ぶた大型種 (かつお節、生) 鶏卵 全卵(生) かつお節 米も(甘みそ) 生肉、ひき 肉(生) 普通牛乳100	でん粉(じゃがいもでん粉) サフラー油 (ハイオレイック) 車糖(三温糖) マヨネ ーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩 せんべい)	バナナ(生) たまねぎ(りん茎、生) にん じん(根、皮つき、生) 青ピーマン(果実、 生) たけのこ(水煮缶詰) たらこ(葉、生) プラックマッペや(生) さやいんげん (若ざや、生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：521kcal タンパク：14.2g 脂質：13.1g	カルシウム：196mg 食塩相当量：1.2g									
19 水	麦茶 動物ビスケット	ポークチャップ コールスローサラダ ご飯 コーンスープ 清見オレンジ	牛乳 揚げパン	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 きな 粉(全粒大豆、黄大豆)	ビスケット(ソフト) 車糖(三温糖) オリ ブ油 薄力粉(1等) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) コーバン サフ ラー油(ハイオレイック)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、 生) にんじん(根、皮つき、生) スイート コーン(未熟種子、炒で) きゅうり(果実、 生) キャベツ(結球葉、生) スイートコー ン(缶詰) クリームス(ホイップ) ハンシ ニアオレンジ(炒じょう、生)	エネルギー：544kcal タンパク：17.3g 脂質：22.8g	カルシウム：159mg 食塩相当量：1.2g									
20 木	ジョア (ブルーベリー) 星たべよ	焼き魚(鮭) スパゲティサラダ 長いものそぼろ煮 ご飯 きゃべつ汁 メロン	牛乳 よもぎまんじゅう	べにざけ(生) まぐろ類缶詰(水 煮、フレーク、ライト) 油揚げ かつ お節 米も(甘みそ) 鶏卵、ひき 肉(生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) マカロニ(スパゲッティ (乾) マヨネーズ(全卵型) ながいも(塊 根、生) 車糖(三温糖) でん粉(じゃがい もでん粉) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1 等) エキス	にんじん(根、皮つき、生) スイートコー ン(缶詰) ホールカーネルススタイル) きゅう り(果実、生) キャベツ(結球葉、生) 根深 ねぎ(葉、軟白、生) グレープフルーツ(白 肉種、炒じょう、生) たらこ(葉、生)	エネルギー：522kcal タンパク：21.9g 脂質：9.6g	カルシウム：442mg 食塩相当量：0.7g									
21 金	ぶどうゼリー	たけのこご飯 たらこのホイル焼き 三色和え ご飯 なめこ汁 フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	成鶏、むね(皮つき、生) かつお節 肉(生) 脂身つき、生) 鶏卵、 米も(甘みそ) 鶏卵、ひき 肉(生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) 無塩 バター ショートケーキ	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、 生) たけのこ(水煮缶詰) さやえんどう(若 ざや、生) えのきたけ(生) キヤベツ(結 球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) なめこ(水 煮缶詰) 糸みつば(葉、生) こまつな	エネルギー：455kcal タンパク：17.9g 脂質：12.4g	カルシウム：201mg 食塩相当量：0.8g									
22 土	麦茶 お野菜チップス	甘バターサンド 春雨とひき肉のソテー 牛乳 バナナ	ヤクルト ばかうけ	ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳100	ポテトチップス(ポテトチップス) クリーム サンド 緑豆はるさめ(乾) 米菓(塩せん べい)	ほうれんそう(葉、連年平均、生) にん じん(根、皮つき、生) バナナ(生)	エネルギー：461kcal タンパク：13.8g 脂質：15.2g	カルシウム：189mg 食塩相当量：0.9g									
23 日																	
24 月	リンゴジュース 歌舞伎揚げ	チキンカレー シーザーサラダ 牛乳 ご飯 ゴールデンキウイ	なかよしヨーグルト ちんすこう	成鶏、むね(皮つき、生) ハム (ロース) ナチュラルチーズ(パル メザン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) じゃがいも(塊茎、皮な し、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒 (精白米) サフラー油(ハイオレイック) 車糖(三温糖) 薄力粉(1等)	スイートコーン(缶詰) ホールカーネルス スタイル) ふなめじ(生) たまねぎ(りん茎、 生) にんじん(根、皮つき、生) スイート コーン(未熟種子、炒で) きゅうり(果実、 生) レタス(土耕栽培、結球葉、生)	エネルギー：599kcal タンパク：14g 脂質：18.0g	カルシウム：252mg 食塩相当量：1.4g									
25 火	ヤクルト ハッピータン	白身魚のタルタルソース 青菜和え ご飯 じゃが芋汁 宇和ゴールド	牛乳 野菜ジュースと チーズの蒸しパン	まだら(生) 鶏卵 全卵(生) かつ お節 米も(甘みそ) 普通牛乳 100 プロセステーズ	米菓(塩せんべい) でん粉(じゃがいも でん粉) サフラー油(ハイオレイック) マ ヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮な し、生) 水稲穀粒(精白米) プレミ ックス粉(ホットケーキ用)	きゅうり(果実、生) ほうれんそう(葉、連 年平均、生) プラックマッペや(生) にん じん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、 生) グレープフルーツ(白肉種、炒じょう、 生)	エネルギー：570kcal タンパク：19.7g 脂質：18.5g	カルシウム：259mg 食塩相当量：1.2g									
26 水	なかよしプリン	花ショウマイ 温野菜 茹でアスパラ ご飯 もずくスープ 清見オレンジ	牛乳 手作り クリームボックス	ぶた、ひき肉(生) まぐろ類缶詰 (油漬、フレーク、ライト) 鶏卵 全 卵(生) 普通牛乳100 加糖練乳 普通牛乳1リットル	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) 無塩 バター ショートケーキ	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、 生) わかめ(原産、生) プロコリー(花序、 生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結 球葉、生) もずく(塊根、塊根葉) 根深ねぎ (葉、軟白、生) アスパラガス(若葉、生)	エネルギー：484kcal タンパク：14.9g 脂質：15.7g	カルシウム：233mg 食塩相当量：0.8g									
27 木	麦茶 バナナ	五目昆布煮 ブロッコリーキッシュ ご飯 わかめ汁 メロン	牛乳 手作りピザ	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 黄だいず(水煮缶詰) 鶏卵 全卵 (生) ベーコン(ロース) 納ごじ豆 腐 かつお節 米も(甘みそ) 普 通牛乳100 ナチュラルチーズ(パ ルメザン)	米菓(塩せんべい) 車糖(三温糖) 薄力粉(1等) 水稲穀粒(精白米) 強力粉(1等) オリ ブ油	バナナ(生) まこんぶ(煮干し、乾) にん じん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) プ ロコリー(花序、生) わかめ(原産、生) メ ロン(温室メロン、生) たまねぎ(りん茎、 生)	エネルギー：509kcal タンパク：17.2g 脂質：15.2g	カルシウム：245mg 食塩相当量：1.3g									
28 金	牛乳 卵サブレ	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 とろりんスープ バナナ	アイス 青のりせんべい	普通牛乳100 ベーコン(ベーコン) かつお節 ぶた、肝臓(生) 鶏卵 全卵(生)	サブレ マカロニ(スパゲッティ(乾)) でん 粉(じゃがいもでん粉) サフラー油(ハ イオレイック) 車糖(三温糖) ラクトアイス (普通脂肪) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つ き、生) 青ピーマン(果実、生) えのきた け(生) わかめ(原産、生) ふなめじ (生) バナナ(生)	エネルギー：638kcal タンパク：20.7g 脂質：24.3g	カルシウム：207mg 食塩相当量：1.1g									
29 土	牛乳 雪の宿 せんべい	食パン(ジャム&マーガリン) ブロッコリーサラダ ミネストローネ 清見オレンジ	ミルク クラッカー	普通牛乳100 ハム(ロース) ベー コン(ベーコン) 黄だいず(水煮缶 詰)	米菓(塩せんべい) 食パン いちご(ジャ ム、高糖度) ソフトタイプマーガリン(家庭 用) フレンチドレッシング マカロニ(スパ ゲッティ(乾) クラッカー(ソーダ)	レタス(土耕栽培、結球葉、生) にんじん (根、皮つき、生) プロコリー(花序、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、炒で) にんに く(りん茎、生) トマト缶詰(ホール、食塩無	エネルギー：534kcal タンパク：16.9g 脂質：17.5g	カルシウム：272mg 食塩相当量：2.1g									
30 日																	
31 月	牛乳 ビスコ	ワンタンスープ 照り焼きチキン 青菜和え ご飯 ゴールデンキウイ	麦茶 ヨーグルト レアチーズ	普通牛乳100 ぶた、ひき肉(生) 若鶏、もも(皮つき、生) かつお節 ヨーグルト(全卵無糖) ナチュラル チーズ(ナチュラル)	ビスケット(ソフト) しゅうまいの皮 水稲穀 粒(精白米) サブレ 車糖(三温糖)	たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未 熟種子、炒で) チンゲンサイ(葉、生) に んじん(根、皮つき、生) しょうが(根茎、 生) にんにく(りん茎、生) こまつな(葉、 生) プラックマッペや(生) ヨーグルト	エネルギー：599kcal タンパク：17.9g 脂質：27.7g	カルシウム：233mg 食塩相当量：0.8g									

給食MEMO

- 3日(月) ⑥憲法記念日
- 4日(火) ⑥みどりの日
- 5日(水) ⑥こどもの日
- 21日(金) お誕生会

※1歳6か月未満の子は、きざみ・薄味にしています。材料の都合により献立が変わることがあります。

