



# こんげつ の よてい こんだてひょう

平成27年 5月分



施設長	主任	担当者	

日(曜)	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		備考	予定栄養価(以上児)			
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食		エネルギー(Kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)
1(金)	和風スパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 バナナ	柏餅(おみやげ) せんべい ヤクルト	プレーンヨーグルト	ご飯 牛乳	兜行列	484	15.5	11.6	1.2
2(土)	セサミパン 牛乳 中華ソテー オレンジ	ぶどうゼリー せんべい	動物ビスケット スポロン	サンドイッチ 豆乳		515	17.2	12.1	2.2
3(日)	憲法記念日								
4(月)	みどりの日								
5(火)	こどもの日								
6(水)	振替休日								
7(木)	五目納豆 さつまいも甘煮 グレープフルーツ ほうじ茶	おやつパン(あんバター) 牛乳	せんべい ヤクルト	ご飯 さやえんどう汁		330	13.5	11.5	1.1
8(金)	豚肉カレーうどん ウインナー 牛乳 いちご	しらすおにぎり ジョア(プレーン)	ミニプリン	カレーうどん 牛乳		454	17.5	16.8	1.9
9(土)	サンドイッチ 豆乳 プルーン オレンジ	ビスコ 野菜生活	クラッカー ヨーク	甘バターサンド 牛乳		610	16.4	22.4	2.4
10(日)									
11(月)	ワンタンスープ 笹かまチーズ揚げ バナナ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 青菜和え		293	13.3	8.9	1.9
12(火)	さんまの甘煮 ポテトサラダ いちご ほうじ茶	ねじりパン 牛乳	ビスコ スポロン	ご飯 ニラ玉汁		408	14.5	25.1	1.4
13(水)	若鶏肉の唐揚げ 土佐和え グレープフルーツ ほうじ茶	ホットケーキ 牛乳	バナナ	ご飯 豆腐汁		385	13.8	14.9	1.3
14(木)	ひじきの寄せ煮 半月卵 パナナ ほうじ茶	ももゼリー せんべい	アスパラガス ヨーク	ご飯 青菜とえのき汁		309	10.3	8.3	1.2
15(金)	★お誕生会★ 竹の子ご飯 鶏肉照焼き 三色和え みそ汁 苺 ヨーク	アイスクリーム	動物ビスケット 牛乳	竹の子ご飯 みそ汁		239	4.9	9.1	0.6
16(土)	甘バターサンド 牛乳 アスパラサラダ オレンジ	バナナ	せんべい ヤクルト	セサミパン 牛乳		531	16.0	20.6	1.2
17(日)									
18(月)	たんぼぼシチュー 竹輪とこんにやくの煮物 グレープフルーツ	手作りヨーグルト 食べる小魚	麩菓子 牛乳	ご飯 豚そぼろ煮		318	18.0	7.2	2.3
19(火)	焼き魚 マセドアンサラダ バナナ ほうじ茶	ラスク 牛乳	せんべい スポロン	ご飯 わかめ汁		433	17.7	18.4	1.0
20(水)	煮込みハンバーグ 温野菜 オレンジ ほうじ茶	せんべい ヤクルト 400	ビスコ 牛乳	ご飯 豆麩汁		319	14.2	6.9	1.5
21(木)	竹の子の含め煮 スクランブルエッグ グレープフルーツ ほうじ茶	スウィートポテト 牛乳	ピーチヨーグルト	ご飯 青菜汁		309	12.9	13.7	0.8
22(金)	野菜焼きそば ウインナー 牛乳 キウイ	プリン せんべい	動物ビスケット ヤクルト	ご飯 牛乳		471	17.8	19.8	1.2
23(土)	チョコサンド 牛乳 バナナ	ビスケット 野菜生活	ももゼリー	チョコサンド 牛乳	よもぎ団子	690	17.8	24.1	1.6
24(日)									
25(月)	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	手作りヨーグルト おしゃぶり昆布	せんべい ヤクルト	ご飯 牛乳		305	14.5	10.4	2.1
26(火)	たらのタルタルソースかけ 青菜和え バナナ ほうじ茶	フレンチトースト 牛乳	アスパラガス ヨーク	ご飯 じゃがいも汁		409	18.0	17.7	1.3
27(水)	焼き肉 ビーフンソテー キウイ ほうじ茶	アイスクリーム	玉子ボーロ 牛乳	ご飯 ニラ玉汁		319	11.7	18.3	1.0
28(木)	きんぴらごぼう 厚焼き卵 オレンジ ほうじ茶	せんべい 牛乳	バナナ	ご飯 青菜汁		298	14.0	12.2	1.1
29(金)	五目あんかけそうめん 野菜天ぷら 牛乳 グレープフルーツ	クラッカー チーズジョア(いちご)	麩菓子 ヤクルト	五目あんかけそうめん 牛乳		477	21.1	16.8	1.8
30(土)	ピーナツサンド 牛乳 厚揚げのケチャップ煮 オレンジ	バナナ	せんべい ヨーク	ピーナツサンド 牛乳		558	21.5	14.4	1.7
31(日)									

## たべものクイズ

(もんだい) こつこつ していて うすい  
 ちゃいろの かわの たべものは なーんだ?

(ひんと) つちの なかで そだつよ。  
 カレーや ポテトサラダに よく つかわれるよ。

保育園では・・・

さくらぐみさんが4月にじゃが芋を植え、育てながら観察し、夏に収穫し、カレーや肉じゃがなどの献立に取り入れています。

(こたえ) じゃがいも

\*材料の都合により献立を変更する場合があります。