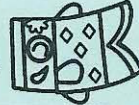
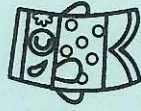


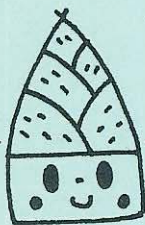
平成29年5月 献立表



3歳以上児

門田報徳保育園

日 曜	献立名		栄養価	食塩相当量	行事
	昼食	昼間			
1 月	ワンタンスープ 竹輪のひき肉煮 オレンジ	ソファール(プレーン) 食べる小魚(柏餅)	エネルギー: 289kcal タンパク: 14.6g 脂質: 4.9g	食塩相当量: 0.6g	かぶと行列
2 火	鶏のから揚げ 青菜のごま和え いちご ほうじ茶	エッグパン 牛乳	エネルギー: 548kcal タンパク: 22.5g 脂質: 29.5g	食塩相当量: 1.5g	
3 水	憲法記念日				
4 木	みどりの日				
5 金	こどもの日				
6 土	カレーライス 小女子甘煮 牛乳200 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 483kcal タンパク: 16.5g 脂質: 14.1g	食塩相当量: 1.1g	
7 日					
8 月	チキンカチャトラ 竹輪とこんにゃくの煮物 オレンジ	ソファール(ストロベリー) おしゃぶり昆布	エネルギー: 279kcal タンパク: 11.8g 脂質: 5.2g	食塩相当量: 2.9g	
9 火	ミートボール 温野菜 ゴールデンキウイ ほうじ茶	焼き芋 牛乳	エネルギー: 390kcal タンパク: 17.1g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 1.8g	
10 水	焼き魚(鮭) かぼちゃサラダ グレープフルーツ ほうじ茶	チョコパン 牛乳	エネルギー: 341kcal タンパク: 16.6g 脂質: 18g	食塩相当量: 0.7g	
11 木	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ パナナ ほうじ茶	クラッカー チーズ ジョア(プレーン)	エネルギー: 436kcal タンパク: 20.4g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 1.2g	
12 金	筍ご飯 若布汁 親子煮 りんご	ほうじ茶プリン	エネルギー: 541kcal タンパク: 15g 脂質: 26.5g	食塩相当量: 1.7g	お誕生会
13 土	甘バターサンド 野菜豆乳煮込み 牛乳200 オレンジ	ぶどうゼリー せんべい	エネルギー: 430kcal タンパク: 14.5g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 0.9g	
14 日					
15 月	むらくも汁 鶏肉のさっぱり煮 グレープフルーツ	ソファール(プレーン) 食べる小魚	エネルギー: 266kcal タンパク: 18.8g 脂質: 8.2g	食塩相当量: 1.4g	
16 火	焼肉 ビーフソテー メロン ほうじ茶	せんべい 牛乳	エネルギー: 359kcal タンパク: 16.8g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 1g	
17 水	カレーの煮付け ポテトサラダ オレンジ ほうじ茶	ソフトフランス(あんバター) 牛乳	エネルギー: 355kcal タンパク: 17.1g 脂質: 16.6g	食塩相当量: 1.2g	
18 木	五目納豆 さつま芋のバター煮 ゴールデンキウイ ほうじ茶	マリービスケット 牛乳	エネルギー: 326kcal タンパク: 12.3g 脂質: 14.1g	食塩相当量: 0.7g	
19 金	ナポリタンスパゲティ レバーのケチャップ煮 牛乳 オレンジ	ポテトのチーズ焼き ジョア(ストロベリー)	エネルギー: 239kcal タンパク: 11.6g 脂質: 10.2g	食塩相当量: 0.9g	
20 土	春の合同遠足				
21 日					
22 月	春キャベツシチュー 厚揚げのケチャップ煮 ゴールデンキウイ	ソファール(ストロベリー) おしゃぶりするめ	エネルギー: 353kcal タンパク: 18.9g 脂質: 10.5g	食塩相当量: 0.9g	
23 火	照り焼きチキン マカロニサラダ オレンジ ほうじ茶	よもぎ団子 野菜生活	エネルギー: 363kcal タンパク: 15g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 1.2g	よもぎ団子作り
24 水	たらの磯辺揚げ 三色和え 小玉スイカ ほうじ茶	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 365kcal タンパク: 16.7g 脂質: 15g	食塩相当量: 1g	
25 木	筑前煮 ツナキッシュ パナナ ほうじ茶	せんべい 牛乳	エネルギー: 324kcal タンパク: 15.5g 脂質: 11.9g	食塩相当量: 1.5g	
26 金	あんかけそうめん 揚げ出し豆腐 牛乳 オレンジ	カップケーキ ミルミル	エネルギー: 531kcal タンパク: 19.2g 脂質: 24.6g	食塩相当量: 1.5g	
27 土	ピザトースト 豆乳 プルーン パナナ	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 661kcal タンパク: 21.6g 脂質: 19.7g	食塩相当量: 1.6g	
28 日					
29 月	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 ゴールデンキウイ	ソファール(プレーン) おしゃぶり昆布	エネルギー: 313kcal タンパク: 13.3g 脂質: 11.2g	食塩相当量: 1.3g	
30 火	とんかつ きゃべつ和え オレンジ ほうじ茶	ビスコ 牛乳	エネルギー: 322kcal タンパク: 21.4g 脂質: 12g	食塩相当量: 1g	
31 水	さわらの照り焼き 春雨サラダ パナナ ほうじ茶	マドレーヌ 牛乳	エネルギー: 406kcal タンパク: 16.1g 脂質: 20g	食塩相当量: 1.1g	



【今月の食育目標】 みんなで楽しく食べましょう

