



平成29年5月 献立表



3歳未満児 門田報徳保育園

日 曜	献立名			栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間		
1 月	麩菓子 牛乳	ワンタンスープ 竹輪のひき肉煮 オレンジ ご飯 えのき納豆	ソファール(プレーン) せんべい (柏餅)	エネルギー: 512kcal タンパク: 23.4g 脂質: 12.3g	食塩相当量: 0.8g かぶと行列
2 火	せんべい ヤクルト	鶏のから揚げ 青菜のごま和え いちご ご飯 豆腐汁	エッグパン 牛乳	エネルギー: 670kcal タンパク: 23.1g 脂質: 27.1g	食塩相当量: 2.1g 
3 水	憲法記念日				
4 木	みどりの日				
5 金	こどもの日				
6 土	りんごゼリー	カレーライス 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	せんべい ヤクルト400	エネルギー: 545kcal タンパク: 16.5g 脂質: 14.1g	食塩相当量: 1.1g
7 日					
8 月	ビスコ 牛乳	チキンカチャトラ 竹輪とこんにやくの煮物 オレンジ ご飯 ボイル野菜	ソファール(ストロベリー) せんべい	エネルギー: 540kcal タンパク: 19.2g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 2.9g
9 火	せんべい ヤクルト	ミートボール 温野菜 ゴールデンキウイ ご飯 絹さや汁	焼き芋 牛乳	エネルギー: 576kcal タンパク: 22.1g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 2.3g
10 水	リッツ スポン	焼き魚(鯉) かぼちゃサラダ グレープフルーツ ご飯 若布汁	チョコパン 牛乳	エネルギー: 581kcal タンパク: 23.3g 脂質: 21.4g	食塩相当量: 1.7g
11 木	せんべい 牛乳	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ パナナ ご飯 ニラ汁	クラッカー チーズ ジョア(プレーン)	エネルギー: 575kcal タンパク: 25.8g 脂質: 16.3g	食塩相当量: 1.5g
12 金	Feウエハース 牛乳	筍ご飯 若布汁 親子煮 りんご	ほうじ茶プリン	エネルギー: 656kcal タンパク: 19.3g 脂質: 31.9g	食塩相当量: 1.9g お誕生会
13 土	クラッカー ヤクルト	甘バターサンド 野菜豆乳煮込み 牛乳 オレンジ	ぶどうゼリー せんべい	エネルギー: 479kcal タンパク: 13.7g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.1g
14 日					
15 月	麩菓子 牛乳	むらくも汁 鶏肉のさっぱり煮 グレープフルーツ ご飯 きゃべつソテー	ソファール(プレーン) せんべい	エネルギー: 470kcal タンパク: 22g 脂質: 13.3g	食塩相当量: 2g
16 火	クラッカー ヤクルト	焼肉 ビーフソテー メロン ご飯 ニラ汁	せんべい 牛乳	エネルギー: 541kcal タンパク: 22g 脂質: 17.4g	食塩相当量: 1.3g
17 水	せんべい スポン	カレーの煮付け ポテトサラダ オレンジ ご飯 絹さや汁	ソフトフランス(あんバター) 牛乳	エネルギー: 563kcal タンパク: 22.5g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 1.8g
18 木	せんべい ヤクルト	五目納豆 さつま芋のバター煮 ゴールデンキウイ ご飯 栄養麩汁	マリービスケット 牛乳	エネルギー: 512kcal タンパク: 17.1g 脂質: 14.8g	食塩相当量: 1.2g
19 金	ぶどうゼリー	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: 288kcal タンパク: 11.7g 脂質: 10.2g	食塩相当量: 0.9g
20 土	春の合同遠足				
21 日					
22 月	せんべい 牛乳	春キャベツチュー 厚揚げのケチャップ煮 ゴールデンキウイ ご飯 なすみそ炒め	ソファール(ストロベリー) クラッカー	エネルギー: 609kcal タンパク: 21.4g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1.8g
23 火	Feウエハース 牛乳	照り焼きチキン マカロニサラダ オレンジ ご飯 若布汁	よもぎ団子 野菜生活	エネルギー: 546kcal タンパク: 22.4g 脂質: 24.3g	食塩相当量: 1.8g よもぎ団子作り
24 水	せんべい ヤクルト	たらの磯辺揚げ 三色和え 小玉スイカ ご飯 豆腐汁	ミルクリッチ 牛乳	エネルギー: 543kcal タンパク: 21.9g 脂質: 16.7g	食塩相当量: 1.8g
25 木	せんべい スポン	筑前煮 ツナキッシュ パナナ ご飯 栄養麩汁	せんべい 牛乳	エネルギー: 617kcal タンパク: 22.8g 脂質: 22.4g	食塩相当量: 1.9g
26 金	バナナ	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: 426kcal タンパク: 16.4g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 1.5g
27 土	マリービスケット 牛乳	ピザトースト パナナ豆乳 プルーン パナナ	なかよしプリン せんべい	エネルギー: 754kcal タンパク: 22.4g 脂質: 25.8g	食塩相当量: 1.4g
28 日					
29 月	せんべい ヤクルト	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	ソファール(プレーン) クラッカー	エネルギー: 536kcal タンパク: 17.6g 脂質: 13.4g	食塩相当量: 1.3g
30 火	バナナ	とんかつ きゃべつ和え オレンジ ご飯 若布汁	ビスコ 牛乳	エネルギー: 437kcal タンパク: 25.4g 脂質: 12.3g	食塩相当量: 1.6g
31 水	せんべい ヤクルト	さわらの照り焼き 春雨サラダ パナナ ご飯 ニラ汁	マドレーヌ 牛乳	エネルギー: 586kcal タンパク: 21g 脂質: 21.4g	食塩相当量: 1.5g



【今月の食育目標】 みんなで楽しく食べましょう。

