

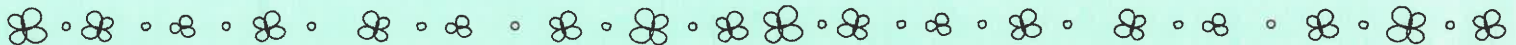
令和3年5月 献立表

3歳以上児

門田報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	行事
	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	ロールパンサンド(エッグ・ジャム) ころころスープ 牛乳 パナナ	ゼリー 星たべよ	鶏卵 ベーコン 牛乳	ロールパン じゃがいも マヨネーズ ジャム 油 米菓	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ にんにく パナナ	エネルギー: 568kcal たんぱく: 14.6g 脂質: 19.8g	食塩相当量: 1.3g	
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	五目納豆 さつま芋の甘煮 牛乳 オレンジ	牛乳 カレーパン(★)	納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳 ぶたひき ナチュラルチーズ	油 さつまいも 車糖 ロールパン オリーブ油	にんじん 根菜ねぎ アスパラガス オレンジ たまねぎ	エネルギー: 487kcal たんぱく: 22.8g 脂質: 21.7g	食塩相当量: 1.6g	
7 金	愛情弁当の日	ジョア ビスケット		ビスケット		エネルギー: 138kcal たんぱく: 5.9g 脂質: 4.2g	食塩相当量: 0.1g	
8 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) なすと豚肉のみそ炒め 牛乳 パナナ	野菜生活 サラダせんべい	ぶたひき みそ 牛乳	コッパン ジャム マーガリン 車糖 でん粉 ごま油 米菓	なす にんじん たまねぎ 青ピーマン パナナ	エネルギー: 568kcal たんぱく: 19.3g 脂質: 19g	食塩相当量: 1.8g	
9 日								
10 月	アスパラチュー 竹輪とさつま揚げの煮物 牛乳 オレンジ	麦茶 よもぎ団子(★)	鶏もも 焼き竹輪 さつま揚げ 牛乳 きな粉	じゃがいも オリーブ油 上新粉 豆乳 車糖	アスパラガス たまねぎ にんじん コーン缶 オレンジ よもぎ	エネルギー: 366kcal たんぱく: 15g 脂質: 9.6g	食塩相当量: 1.8g	よもぎ団子 作り
11 火	鶏のから揚げ 三色和え 牛乳 パナナ	牛乳 ビスコ	鶏もも かつお節 牛乳	薄力粉 でん粉 油 ビスケット	にんにく しょうが キャベツ コーン缶 にんじん パナナ	エネルギー: 408kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 21.6g	食塩相当量: 0.8g	
12 水	さわらの味噌焼き マカロニサラダ 牛乳 甘夏	牛乳 セサミトース(★)	みそ さわら プロセスチーズ 牛乳	車糖 マカロニ マヨネーズ 食パン 無塩バター グラニュー糖 ごま	きゅうり にんじん 甘夏	エネルギー: 447kcal たんぱく: 20.6g 脂質: 23.1g	食塩相当量: 1.2g	
13 木	筑前煮 スパニッシュオムレツ 牛乳 オレンジ	牛乳 サラダせんべい	鶏もも 鶏卵 プロセスチーズ 牛乳	こんにやく 車糖 じゃがいも 油 米菓	ごぼう にんじん れんこん さやいんげん たまねぎ 青ピーマン オレンジ	エネルギー: 402kcal たんぱく: 19.4g 脂質: 18.9g	食塩相当量: 0.9g	
14 金	節ご飯 かつお竜田揚げ キャベツサラダ すまし汁 パナナ	牛乳 ミルクレープ(★)	かつお 絹ごし豆腐 油揚げ 牛乳 鶏卵 ホイップクリーム	でん粉 車糖 油 オリーブ 油 水稲穀粒 薄力粉	キャベツ きゅうり にんじん まいたけ パナナ たけのこ さやえんどう みかん缶	エネルギー: 508kcal たんぱく: 23.5g 脂質: 14.2g	食塩相当量: 1.5g	誕生会
15 土	ツナオニオントースト ポトフ 牛乳 オレンジ	プリン 星たべよ	マグロ缶 ベーコン 牛乳	食パン マヨネーズ じゃがいも 米菓	たまねぎ にんじん キャベツ オレンジ	エネルギー: 523kcal たんぱく: 15.7g 脂質: 20.7g	食塩相当量: 1.9g	
16 日								
17 月	鶏肉のオレンジ煮 ナムル 春雨スープ パナナ	飲むヨーグルト(★) いも花子	鶏もも ヨーグルト 牛乳	マーメイド ごま油 ごま はるさめ 乳酸菌飲料 さつまいも 油	オレンジ もやし こまつな にんじん たまねぎ 乾しいたけ パナナ	エネルギー: 353kcal たんぱく: 14g 脂質: 13.6g	食塩相当量: 0.8g	
18 火	ポークチャップ コールスローサラダ 牛乳 美生柑	スポロン まがりせんべい	ぶたロース 牛乳	マヨネーズ 米菓	たまねぎ にんにく キャベツ コーン缶 にんじん きゅうり 美生柑	エネルギー: 396kcal たんぱく: 14.1g 脂質: 19.1g	食塩相当量: 1.1g	
19 水	焼き魚 かぼちゃサラダ 牛乳 オレンジ	牛乳 きな粉揚げパン(★)	べにざけ プロセスチーズ 牛 乳 きな粉	マヨネーズ コッパン 油 グラニュー糖	かぼちゃ にんじん きゅうり コーン缶 オレンジ	エネルギー: 448kcal たんぱく: 22.1g 脂質: 21.6g	食塩相当量: 1g	
20 木	酢豚 半月卵 ゆで絹さや 牛乳 パナナ	牛乳 アンパンマンせんべい	ぶたかたロース 鶏卵 牛乳	じゃがいも 車糖 油 でん粉 米菓	しょうが たまねぎ にんじん 青ピーマン 乾しいたけ パナナ	エネルギー: 460kcal たんぱく: 18.4g 脂質: 15.5g	食塩相当量: 1.4g	
21 金	あんかけそうめん ひじきサラダ 牛乳 メロン	ジョア ビスケット	油揚げ 鶏もも プロセスチーズ 牛乳	そうめん でん粉 車糖 マヨネーズ ビスケット	にんじん たまねぎ 根菜ね ぎ ひじき さやいんげん きゅうり メロン	エネルギー: 460kcal たんぱく: 18.2g 脂質: 17.9g	食塩相当量: 1g	
22 土	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 甘夏	パナナ	ベーコン 牛乳	食パン はるさめ 油	にんじん たまねぎ 甘夏 パナナ	エネルギー: 579kcal たんぱく: 18.8g 脂質: 21.5g	食塩相当量: 1g	
23 日								
24 月	チキンカレー シーザーサラダ 牛乳 オレンジ	ソファール 青のりせんべい	鶏むね ベーコン ナチュラルチーズ 牛乳	じゃがいも 油 マヨネーズ 米菓	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ コーン缶 きゅうり オレンジ	エネルギー: 441kcal たんぱく: 16.5g 脂質: 20.2g	食塩相当量: 1.3g	
25 火	花焼売 温野菜 牛乳 美生柑	牛乳 ポテトのチーズ焼き(★)	ぶたひき 牛乳 ベーコン プロセスチーズ	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉 じゃがいも	たまねぎ 乾しいたけ キャベツ にんじん ブロッコリー 美生柑	エネルギー: 392kcal たんぱく: 19.9g 脂質: 18.9g	食塩相当量: 1.1g	
26 水	白身魚のフライ 土佐和え 牛乳 パナナ	牛乳 クリームボックス(★)	またら 鶏卵 かつお節 牛乳 加糖練乳	油 薄力粉 パン粉 食パン グラニュー糖 無塩バター でん粉	ほうれんそう にんじん コーン缶 わかめ パナナ	エネルギー: 491kcal たんぱく: 20.8g 脂質: 16.6g	食塩相当量: 1.4g	
27 木	五目昆布煮 ブロッコリーのキッシュ 牛乳 メロン	オレンジジュース ぼたぼた焼き	ぶたかた 油揚げ 焼き竹輪 だいたい水煮缶 鶏卵 牛乳 クリーム プロセスチーズ	車糖 油 パレンシアオレンジ 米菓	まこんぶ ごぼう にんじん ブロッコリー たまねぎ ぶなしめじ メロン	エネルギー: 328kcal たんぱく: 13.7g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 1.3g	
28 金	和風スパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 美生柑	アイス せんべい	ベーコン ぶたレバー 牛乳	スパゲティ 油 でん粉 車糖 ラクトアイス 米菓	たまねぎ にんじん ぶなしめじ あまのり 美生柑	エネルギー: 441kcal たんぱく: 16g 脂質: 20.8g	食塩相当量: 1g	
29 土	ジャムサンド ミネストローネ 牛乳 パナナ	ミルミル ゴマクラッカー	鶏もも 牛乳 ヨーグルト	食パン ジャム じゃがいも マカロニ クラッカー ごま	たまねぎ にんじん キャベツ トマト缶 にんにく パナナ	エネルギー: 547kcal たんぱく: 18.8g 脂質: 11.9g	食塩相当量: 1.8g	
30 日								
31 月	照り焼きチキン 青菜和え ワンタンスープ メロン	フルーツヨーグルト(★) 動物ビスケット	鶏もも ぶたかた ヨーグルト	しゅうまいの皮 グラニュー糖 ビスケット	こまつな にんじん もやし ぶなしめじ チンゲンサイ メロン パナナ みかん缶	エネルギー: 331kcal たんぱく: 14.7g 脂質: 13.6g	食塩相当量: 0.8g	





※(★)は手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。



令和3年5月 献立表

3歳未満児


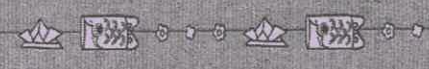
門田報徳保育園

日	曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	行事
		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	ぶどうジュース 醤油せんべい	ロールパンサンド(エッグ・ジャム) ころころスープ 牛乳 バナナ	ゼリー 星たべよ	鶏卵 ベーコン 牛乳	米菓 ロールパン じゃがいも マヨネーズ ジャム 油	きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ にんにく パ ナナ	エネルギー: 487kcal たんぱく: 11g 脂質: 14.6g	食塩相当量: 1.2g	
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	麦茶 ぱりんこ	五目納豆 さつま芋の甘煮 えのき汁 オレンジ ご飯	牛乳 カレーパン(★)	納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセスチーズ かつお節 みそ 牛乳 ぶたひき	米菓 油 さつま芋 車糖 水稲穀粒 ロールパン オリーブ油	にんじん 根深ねぎ アスパラガス えのきたけ たまねぎ わかめ オレンジ	エネルギー: 459kcal たんぱく: 18.6g 脂質: 14.7g	食塩相当量: 1.9g	
7	金	ゼリー	焼きそば ウインナー 牛乳 美生柑 ご飯	ジョア ビスケット	ぶたかた ウインナー 牛乳	中華めん 油 水稲穀粒 ビスケット	もやし たまねぎ にんじん キャベツ あおさ 美生柑	エネルギー: 459kcal たんぱく: 15.8g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 0.7g	
8	土	ぶどうジュース クッキー	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) なすと豚肉のみそ炒め 牛乳 バナナ	野菜生活 サラダせんべい	ぶたひき みそ 牛乳	ビスケット コッパン ジャム マーガリン 車糖 でん粉 ごま油 米菓	なす にんじん たまねぎ 青ピーマン バナナ	エネルギー: 454kcal たんぱく: 12.3g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 1.1g	
9	日									
10	月	リンゴジュース 星たべよ	アスパラシチュー 竹輪とさつま揚げの煮 物 牛乳 オレンジ ご飯	麦茶 よもぎ団子(★)	鶏もも 焼き竹輪 さつま揚げ 牛乳 きな粉	米菓 じゃがいも 油 上新粉 豆乳 車糖 水稲穀粒	アスパラガス たまねぎ にんじん コーン缶 オレンジ よもぎ	エネルギー: 486kcal たんぱく: 15.2g 脂質: 8.6g	食塩相当量: 1.7g	よもぎ団子 作り
11	火	麦茶 ゴマクラッカー	鶏のから揚げ 三色和え えのき汁 バナナ ご飯	牛乳 ビスコ	鶏もも かつお節 みそ 牛乳	クラッカー ごま 薄力粉 でん粉 油 水稲穀粒 ビスケット	しょうが キャベツ コーン 缶 にんじん えのきたけ たまねぎ わかめ バナナ	エネルギー: 424kcal たんぱく: 13.6g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.3g	
12	水	野菜ジュース 醤油せんべい	さわらの味噌焼き マカロニサラダ 青菜汁 甘夏 ご飯	牛乳 セサミトースト(★)	さわら プロセスチーズ かつお節 みそ 牛乳	米菓 車糖 マカロニ マヨネーズ 焼きふ 水稲 穀粒 食パン ごま	きゅうり にんじん こまつ な たまねぎ 甘夏	エネルギー: 463kcal たんぱく: 16.9g 脂質: 14.9g	食塩相当量: 1.3g	
13	木	ゼリー	筑前煮 スパニッシュオムレツ たまねぎ汁 オレンジ ご飯	牛乳 星たべよ	鶏もも 鶏卵 プロセスチーズ みそ かつお節 牛乳	ゼリー こんにやく 車糖 油 じゃがいも 水稲穀粒 米菓	ごぼう にんじん れんこん さやいんげん たまねぎ 青ピーマン オレンジ	エネルギー: 421kcal たんぱく: 14.7g 脂質: 12g	食塩相当量: 1.1g	
14	金	リンゴジュース ぱりんこ	筍ご飯 かつお竜田揚げ キャベツサラダ すまし汁 バナナ	牛乳 ミルクレープ(★)	かつお 絹ごし豆腐 油揚 げ 牛乳 鶏卵 ホイップクリーム	米菓 でん粉 車糖 油 オリーブ油 水稲穀粒 薄力粉	キャベツ きゅうり にんじ ん 根深ねぎ まいたけ バナナ たけのこ みかん缶	エネルギー: 486kcal たんぱく: 19.4g 脂質: 12g	食塩相当量: 1.4g	誕生会
15	土	麦茶 アスパラガス	ツナオニオントースト ポトフ 牛乳 オレンジ	プリン 星たべよ	まぐろ缶 ベーコン 牛乳	ビスケット 食パン マヨネーズ じゃがいも 米菓	たまねぎ にんじん キャベツ オレンジ	エネルギー: 474kcal たんぱく: 13g 脂質: 19.8g	食塩相当量: 1.6g	
16	日									
17	月	ぶどうジュース 星たべよ	鶏肉のオレンジ煮 ナムル 春雨スープ バナナ ご飯	飲むヨーグルト(★) 動物ビスケット	鶏もも ヨーグルト 牛乳	米菓 ごま油 マーメレード ごま はるさめ 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット	オレンジ もやし こまつな にんじん たまねぎ 乾いたけ バナナ	エネルギー: 481kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 12.8g	食塩相当量: 0.9g	
18	火	野菜ジュース ビスケット	ポークチャップ コールスローサラダ 豆腐汁 美生柑 ご飯	スポロン 醤油せんべい	ぶたロース 絹ごし豆腐 かつお節 みそ	ビスケット マヨネーズ 水稲穀粒 米菓	たまねぎ キャベツ コーン 缶 にんじん きゅうり わかめ 美生柑	エネルギー: 510kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 17.2g	食塩相当量: 1.6g	
19	水	麦茶 せんべい	焼き魚 かぼちゃサラダ えのき汁 オレンジ ご飯	牛乳 きな粉揚げパン(★)	べにざけ プロセスチーズ かつお節 みそ 牛乳 きな粉	米菓 マヨネーズ 水稲穀 粒 コッパン 油	かぼちゃ にんじん きゅう り コーン缶 えのきたけ たまねぎ オレンジ	エネルギー: 421kcal たんぱく: 17.4g 脂質: 14.3g	食塩相当量: 1.2g	
20	木	ゼリー	酢豚 半月卵 ゆで絹さや 豆麩汁 バナナ ご飯	牛乳 アンパンマンせんべい	ぶたかたロース 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳	じゃがいも 車糖 油 でん粉 焼きふ 水稲穀粒 米菓	しょうが たまねぎ にんじ ん 青ピーマン 乾いたけ こまつな バナナ	エネルギー: 477kcal たんぱく: 16g 脂質: 10.5g	食塩相当量: 1.2g	
21	金	リンゴジュース ゴマクラッカー	あんかけそうめん ひじきサラダ 牛乳 メロン	ジョア ビスケット	油揚げ 鶏もも プロセスチーズ 牛乳	クラッカー ごま そうめん でん粉 車糖 マヨネーズ ビスケット	にんじん 根深ねぎ ひじき さやいんげん きゅうり メロン	エネルギー: 482kcal たんぱく: 17.6g 脂質: 15.6g	食塩相当量: 1g	
22	土	麦茶 クッキー	甘バターサンド 春雨ソテー 牛乳 甘夏	バナナ	ベーコン 牛乳	ビスケット 食パン はるさめ 油	にんじん たまねぎ 甘夏 バナナ	エネルギー: 430kcal たんぱく: 13.9g 脂質: 18.9g	食塩相当量: 0.7g	
23	日									
24	月	野菜ジュース 醤油せんべい	チキンカレー シーザーサラダ 牛乳 オレンジ ご飯	ヨーグルト うす焼きせんべい	鶏むね ベーコン ナチュラルチーズ 牛乳	米菓 じゃがいも 油 マヨネーズ 水稲穀粒	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ コーン缶 きゅうり オレンジ	エネルギー: 526kcal たんぱく: 15.1g 脂質: 17.1g	食塩相当量: 1.4g	
25	火	リンゴジュース 星たべよ	花焼売 温野菜 豆腐汁 美生柑 ご飯	牛乳 ポテトのチーズ焼き(★)	ぶたひき かつお節 みそ 牛乳 ベーコン プロセスチーズ	米菓 しゅうまいの皮 ごま 油 でん粉 焼きふ 水稲穀粒 じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん ブロッコリー 美生柑	エネルギー: 466kcal たんぱく: 17.4g 脂質: 12.8g	食塩相当量: 1.1g	
26	水	麦茶 ビスケット	白身魚のフライ 土佐和え えのき汁 バナナ ご飯	牛乳 クリームボックス(★)	まだら 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳 加糖練乳	ビスケット 油 薄力粉 パン粉 水稲穀粒 食パン グラニュー糖 でん粉	ほうれんそう にんじん たまねぎ コーン缶 わかめ えのきたけ バナナ	エネルギー: 467kcal たんぱく: 16.5g 脂質: 12.9g	食塩相当量: 1.4g	
27	木	牛乳 チョイス	五目昆布煮 ブロッコリーキッシュ 豆麩汁 メロン ご飯	オレンジジュース ぼたぼた焼き	牛乳 ぶたかた 油揚げ 焼き竹輪 鶏卵 クリーム プロセスチーズ みそ	ビスケット 車糖 油 焼きふ 水稲穀粒 パレンシアオレンジ 米菓	まこんぶ こぼろにんじん ブロッコリー たまねぎ ぶなしめじ こまつな メロ ン	エネルギー: 454kcal たんぱく: 16g 脂質: 15.1g	食塩相当量: 1.3g	
28	金	ぶどうジュース ぱりんこ	和風スパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 美生柑 ご飯	アイス せんべい	ベーコン ぶたレバー 牛乳	米菓 スパゲティ 油 でん粉 車糖 水稲穀粒 ラクトアイス	たまねぎ にんじん ぶなしめじ あまのり 美生柑	エネルギー: 554kcal たんぱく: 15.2g 脂質: 19.3g	食塩相当量: 1g	
29	土	野菜ジュース アスパラガス	ジャムサンド ミネストローネ 牛乳 バナナ	ミルミル ゴマクラッカー	鶏もも 牛乳 ヨーグルト	ビスケット 食パン ジャム じゃがいも マカロニ クラッカー ごま	たまねぎ にんじん キャベ ツ トマト缶 にんにく バナナ	エネルギー: 477kcal たんぱく: 14.4g 脂質: 12g	食塩相当量: 1.4g	
30	日									
31	月	ぶどうジュース 醤油せんべい	照り焼きチキン 青菜和え ワンダンスープ メロン ご飯	フルーツヨーグルト(★) 動物ビスケット	鶏もも ぶたかた ヨーグルト	米菓 しゅうまいの皮 水稲穀粒 グラニュー糖 ビスケット	こまつな にんじん もやし ぶなしめじ チンゲンサイ メロン バナナ みかん缶	エネルギー: 425kcal たんぱく: 13g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 0.8g	

※(★)は手作りおやつです。また、材料の都合により、献立を変更する場合があります。



5月 離乳食献立予定表

日(曜)	献立名(共通分) AM		離乳食PM(後期)	
1(土)	おかゆ	ココロ煮 キャベツスープ	フルーツあえ	ほうじ茶
2(日)				
3(月)				
4(火)				
5(水)				
6(木)	おかゆ	五目納豆 えのき汁	ほうれん草がゆ	ほうじ茶
7(金)	おかゆ	豚肉の野菜煮 玉ねぎ汁	煮込みうどん	ほうじ茶
8(土)	おかゆ	マーボーなす わかめ汁	バナナパンケーキ	ほうじ茶
9(日)				
10(月)	おかゆ	鶏肉と野菜煮 豆麩汁	人参がゆ	ほうじ茶
11(火)	おかゆ	キャベツやわらか煮 えのき汁	かぼちゃ茶巾	ほうじ茶
12(水)	おかゆ	ツナの野菜あんかけ 青菜汁	やわらかトースト	フルーツ
13(木)	おかゆ	親子煮 玉ねぎ汁	野菜がゆ	ほうじ茶
14(金)	おかゆ	かつおと大根の煮物 わかめ汁	カップケーキ	フルーツ
15(土)	おかゆ	アスパラのやわらか煮 ポトフ	青菜がゆ	ほうじ茶
16(日)				
17(月)	おかゆ	肉じゃが風 青菜汁	フルーツヨーグルト	ほうじ茶
18(火)	おかゆ	ココロ煮 豆腐汁	野菜がゆ	ほうじ茶
19(水)	おかゆ	かぼちゃ煮 えのき汁	鮭雑炊	ほうじ茶
20(木)	おかゆ	豚肉の野菜煮 豆麩汁	ぶかし芋	ほうじ茶
21(金)	おかゆ	ひじき煮 大根汁	にゅうめん	ほうじ茶
22(土)	おかゆ	ブロッコリーのツナ煮 野菜スープ	バナナロールサンド	ほうじ茶
23(日)				
24(月)	おかゆ	鶏肉の野菜あんかけ キャベツスープ	いんげんがゆ	ほうじ茶
25(火)	おかゆ	大根そぼろ煮 青菜汁	いもち	フルーツ
26(水)	おかゆ	白身魚の野菜煮 えのき汁	チーズトースト	ほうじ茶
27(木)	おかゆ	ブロッコリー卵とじ 豆麩汁	おなか雑炊	ほうじ茶
28(金)	おかゆ	かぶのやわらか煮 人参スープ	スープパゲティ	ほうじ茶
29(土)	おかゆ	ツナポテト トマトスープ	青菜がゆ	ほうじ茶
30(日)				
31(月)	おかゆ	鶏肉ともやしの煮物 ワンタンスープ	フルーツヨーグルト	ほうじ茶

- * 献立は、材料の関係上、一部変更になる場合があります。
- * 献立は、後期に合わせて立てています。

初期はドロドロ状
 中期は舌でつぶせる固さ
 後期は歯ぐきでつぶせる固さです。

