

# こんげつの よてい こんだてひょう



## 平成19年 5月分



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		1食分 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
1 (火)	コーンハンバーグ 温野菜 若布汁 バナナ	牛乳 おやつパン	麦茶 せんべい	ご飯	かぶと行列	412	20.4	15.0	2.2
2 (水)	鯖の味噌煮 エッグサラダ 青菜汁 いちご	ヤクルト80 せんべい	フリン	ご飯		384	20.0	15.7	1.6
3 (木)					憲法記念日				
4 (金)					みどりの日				
5 (土)					子どもの日				
6 (日)									
7 (月)	フロッコリーカレー 小女子甘煮 牛乳 いちご	手作りヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯		330	11.3	14.5	2.4
8 (火)	焼魚 アスパラサラダ 青菜とえのき汁 グレープフルーツ	牛乳 ホイップフルーツパン	バナナ	ご飯		463	23.1	19.6	1.6
9 (水)	ヒレカツ せんきゃべつ 煮豆 豆腐汁 キウイ	クラッカー チーズ ジョア	牛乳 五子ポーロ	ご飯		395	22.7	12.1	1.4
10 (木)	五目昆布煮 花甲 若布汁 バナナ	牛乳 ビスコ	手作りヨーグルト	ご飯		354	17.2	13.6	2.2
11 (金)	スパゲティミートソース レバーの甘辛煮 牛乳 グレープフルーツ	ヤクルト80 せんべい	りんごゼリー	スパゲティミートソース		585	19.7	24.5	1.5
12 (土)	草餅 (あんこ・きなこ・ごま・みたらし) 漬け物 大根汁 オレンジ	フリン	ビスケット 麦茶	草餅	よもぎもちパーティ	397	16.6	12.9	2.0
13 (日)									
14 (月)	むらくも汁 竹輪の甘煮 青菜のおかか和え グレープフルーツ	のおヨーグルト 小魚	りんごジュース せんべい	ご飯		327	16.0	9.7	2.4
15 (火)	たけのこご飯 ホイル焼き 青菜の和え物 豆腐汁 いちご	お誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム		たけのこご飯	誕生日会	349	19.1	12.9	1.9
16 (水)	五目納豆 薩摩芋の甘煮 あさり汁 オレンジ	せんべい ジョア	手作りヨーグルト	ご飯		374	21.6	11.0	1.8
17 (木)	きんぴらごぼう スクランブルエッグ 若布汁 バナナ	牛乳 黒糖蒸しパン	ヨーグ アスパラガス	ご飯		368	16.0	14.1	1.8
18 (金)	まぐろの竜田揚げ ごぼうサラダ 豆豉汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		325	16.3	12.6	1.6
19 (土)	鶏の唐揚げ フロッコリー ポテトサラダ スパゲティ いちご 麦茶	りんごゼリー	麦茶 五子ポーロ	ご飯	山登り	579	22.8	22.7	1.4
20 (日)									
21 (月)	マカロニシチュー 笹かま揚げ 牛乳 いちご	フルーツヨーグルト 抹茶キャンディー	オレンジジュース せんべい	ご飯		398	14.8	15.6	1.1
22 (火)	さんま煮魚 春雨サラダ 大根汁 グレープフルーツ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		393	16.8	18.4	2.0
23 (水)	焼き肉 ビーフンソテー 卵のトロリン スープ オレンジ	せんべい ヤクルト	牛乳 ビスコ	ご飯		366	14.4	15.3	2.2
24 (木)	ひじきの寄せ煮 厚焼き卵 青菜汁 バナナ	ビスケット 牛乳	フリン	ご飯		419	21.5	18.4	1.9
25 (金)	きつねうどん ウィナー 青菜のごま和え いちご	ジョア おにぎり	手作りヨーグルト	きつねうどん		463	18.2	14.4	3.0
26 (土)	焼きそばパン 豆乳 コーンサラダ オレンジ	バナナ	ビスケット 麦茶	焼きそばパン		669	18.7	22.6	1.7
27 (日)									
28 (月)	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 グレープフルーツ	手作りヨーグルト フルー	りんごジュース せんべい	ご飯		458	11.2	24.5	1.9
29 (火)	だらのムニエル 土佐和え はんぺんスープ キウイ	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		305	17.3	9.7	1.6
30 (水)	ふわふわ鶏から 温野菜 長葱汁 いちご	焼き芋 牛乳	ビスケット 麦茶	ご飯		318	14.4	13.2	2.4
31 (木)	肉じゃが煮 花甲 大根汁 オレンジ	ヤクルト せんべい	手作りヨーグルト	ご飯		334	15.8	9.4	1.0

※献立は、材料の都合上、一部変更になる場合があります。