

こんげつの よてい こんだてひょう

平成23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)			
	朝 食	間 食 (PM)	間 食 (AM)	主 食		材料 - (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
1 (日)									
2 (月)	けんちん汁 笹かま揚げ 青菜和え いちご	手作りヨーグルト 小魚 柏餅	オレンジジュース せんべい	ご飯	かぶと行列	301	15.6	11.9	2.7
3 (火)					憲法記念日				
4 (水)					みどりの日				
5 (木)					こどもの日				
6 (金)	ちゃんぽんうどん 天ぷら 牛乳 オレンジ	野菜生活 おやつパン	フリン	ちゃんぽんうどん		421	12.7	11.2	3.0
7 (土)	サンドイッチ 三色和え 豆乳 いちご	バナナ	麦茶 ビスケット	サンドイッチ		469	15.5	13.5	1.6
8 (日)									
9 (月)	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	のおヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		334	12.2	15.2	2.5
10 (火)	焼き魚 ポテトサラダ 豆腐汁 いちご	ピザトースト 牛乳	バナナ	ご飯		371	21.6	15.9	1.8
11 (水)	焼肉 ビーフソテー 卵スープ バナナ	ロールケーキ 牛乳	フリン	ご飯		404	14.4	23.4	2.1
12 (木)	五目ひじき煮 厚焼き卵 若布汁 オレンジ	ビスケット 牛乳	手作りヨーグルト	ご飯		317	16.6	15.9	1.7
13 (金)	たけのこご飯 ホイル焼き ゆで野菜 豆腐汁 オレンジ	誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム		たけのこご飯	お誕生会	450	18.8	21.2	2.4
14 (土)	クリームサンド 牛乳 ごほうサラダ いちご	野菜生活 せんべい	麦茶 ビスコ	クリームサンド	お花見会	477	17.1	16.9	1.4
15 (日)									
16 (月)	キャベツシチュー 竹輪と厚揚げの含め煮 牛乳 いちご	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		353	16.2	12.8	1.1
17 (火)	さばの味噌煮 さつまいもサラダ 大根汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		361	17.4	16.2	1.5
18 (水)	ミートボール 温野菜 豆麴汁 いちご	クラッカー チーズ オレンジジュース	フリン	ご飯		383	17.6	16.0	2.4
19 (木)	きんぴらごほう スクランブルエッグ 青菜汁 オレンジ	おにぎり 牛乳	麦茶 卵ポーロ	ご飯		405	16.0	14.6	1.8
20 (金)	焼きそば ウインナー 牛乳 バナナ	せんべい ヤクルト 400	手作りヨーグルト	焼きそば		474	15.3	17.7	1.4
21 (土)	メロンパン マカロニグラタン 牛乳 いちご	バナナ	麦茶 ビスケット	メロンパン	山登り	569	17.6	19.7	1.1
22 (日)									
23 (月)	ワンタンスープ 照り焼きチキン 三色和え オレンジ	フルーツヨーグルト 昆布	りんごジュース せんべい	ご飯		301	15.0	11.8	2.2
24 (火)	だらの磯辺揚げ 土佐和え 青菜とえのき汁 いちご	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		235	15.3	8.9	1.4
25 (水)	じゃがいものひき肉煮 花卵 なめこ汁 オレンジ	きなこ団子 牛乳	麦茶 卵ポーロ	ご飯		407	18.2	11.9	1.7
26 (木)	五目納豆 さつま芋の甘煮 若布汁 バナナ	ビスコ 野菜生活	手作りヨーグルト	ご飯		400	13.5	10.8	1.3
27 (金)	和風スパゲティー レバーの甘辛煮 牛乳 オレンジ	お好み焼き ジョア	麦茶 ぶがし	和風スパゲティー		550	26.3	21.7	2.2
28 (土)	チョコサンド 野菜ソテー 牛乳 いちご	フリン せんべい	麦茶 ビスケット	チョコサンド		536	16.7	24.5	0.8
29 (日)									
30 (月)	さんまの甘煮 スパサラダ 青菜汁 オレンジ	のおヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		468	21.4	21.9	2.0
31 (火)	スタミナカレー 小女子甘煮 牛乳 いちご	おやつパン 野菜生活	バナナ	ご飯		324	13.2	15.0	1.6

* 材料の都合により献立を変更する場合があります

面川報徳保育園