

こんげつの よてい こんだてひょう



平成25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		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物当量 (g)
1 (水)	松風焼き 青菜和え 若布汁 いちご	手作りヨーグルト 小魚 柏餅	スボロン せんべい	ご飯	かぶと行列	314	19.5	13.5	2.6
2 (木)	肉じゃが煮 厚焼き卵 豆腐汁 バナナ	野菜生活 せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯		324	11.2	9.4	1.1
3 (金)					憲法記念の日				
4 (土)					みどりの日				
5 (日)					こどもの日				
6 (月)					振替休日				
7 (火)	鶏肉のバーベキューソース かぼちゃサラダ 大根汁 オレンジ	フルーツサンド 牛乳	リンゴジュース せんべい	ご飯		376	18.7	17.4	1.8
8 (水)	焼き魚 中華サラダ 豆腐汁 いちご	フリン せんべい	バナナ	ご飯		326	17.9	8.9	1.8
9 (木)	筑前煮 花型卵 えのき汁 バナナ	牛乳 ビスケット	ヨーク せんべい	ご飯		318	16.7	12.0	2.4
10 (金)	ちゃんぽんうどん 笹かま揚げ 牛乳 オレンジ	クラッカー チーズ ャクルト	麦茶 玉子ポーロ	ちゃんぽんうどん		525	17.3	16.1	3.6
11 (土)	チョコサンド 牛乳 野菜ソテー キウイ	バナナ	麦茶 ビスコ	チョコパン		433	11.7	17.8	0.8
12 (日)									
13 (月)	ワンダンスーフ 照り焼きチキン ナムル オレンジ	飲むヨーグルト 昆布	オレンジジュース せんべい	ご飯		302	16.1	13.1	2.6
14 (火)	たらの味噌揚げ 土佐和え 青菜汁 いちご	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		303	16.7	13.2	1.3
15 (水)	五目納豆 さつまいもの甘煮 若布汁 キウイ	よもぎ団子 牛乳	ゼリー	ご飯	よもぎ団子作り	442	20.1	15.0	2.4
16 (木)	ミートボール 温野菜 大根汁 オレンジ	せんべい 野菜生活	手作りヨーグルト	ご飯		332	14.3	12.9	1.9
17 (金)	たけのご飯 ホイル焼き 茹で野菜 なめこ汁 オレンジ	誕生ケーキ 麦茶 アイス		たけのご飯	誕生会	373	18.4	15.6	2.3
18 (土)	ソフトフランスピーナッツ 牛乳 春雨ソテー キウイ	牛乳フリン せんべい	麦茶 ビスケット	ソフトフランスピーナッツ		447	15.1	15.3	0.7
19 (日)									
20 (月)	アスパラカレー 小女子甘煮 牛乳 バナナ	フルーツヨーグルト あたりめ	リンゴジュース せんべい	ご飯		383	15.9	14.8	1.7
21 (火)	さばの味噌煮 ポテトサラダ 豆腐汁 オレンジ	おやつパン 牛乳	バナナ	ご飯		326	17.5	15.1	2.1
22 (水)	焼肉 ビーフソテー 卵スープ いちご	ヤクルト せんべい	牛乳フリン	ご飯		347	13.3	15.2	1.6
23 (木)	たけのご飯 惣菜 スクランプルエッグ えのき汁 バナナ	牛乳 ビスコ	ヨーク せんべい	ご飯		307	13.7	11.8	2.4
24 (金)	和風スパゲティー レバーの甘辛煮 牛乳 オレンジ	ジョア お好み焼き	手作りヨーグルト	和風スパゲティー		540	26.5	21.9	2.0
25 (土)					合同遠足				
26 (日)									
27 (月)	キャベツシチュー こんにゃくと竹輪煮 牛乳 バナナ	手作りヨーグルト 小魚	オレンジジュース せんべい	ご飯		375	17.4	12.2	1.4
28 (火)	かじきの味噌焼き 三色和え 青菜汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯		305	17.9	13.2	1.5
29 (水)	コロッケ キャベツ和え 大根汁 キウイ	スボロン せんべい	フリン	ご飯		399	13.6	14.0	1.2
30 (木)	酢豚 花型卵 豆腐汁 オレンジ	牛乳 ビスケット	ヤクルト せんべい	ご飯		338	15.0	13.7	2.3
31 (金)	肉味噌うどん ウインナー 牛乳 バナナ	ジョア おにぎり	手作りヨーグルト	肉味噌うどん		551	23.4	20.2	3.4

* 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