

# こんげつの よてい こんだてひょう

平成26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) | 食塩相当量 (g) |
| 1 (木)  | 五目納豆 さつまいも甘煮 わかめ汁 いちご          | ビスケット 牛乳 柏もち (持ち帰り) | ヨーク せんべい      | ご飯           | かぶと行列   | 364          | 18.0      | 15.7   | 2.2       |
| 2 (金)  | ジャージャーメン 三色バリバリサラダ 牛乳 バナナ      | ゼリー せんべい            | 麦茶 玉子ポーロ      | ジャージャーメン     |         | 384          | 12.6      | 12.8   | 1.8       |
| 3 (土)  |                                |                     |               |              | 憲法記念日   |              |           |        |           |
| 4 (日)  |                                |                     |               |              | みどりの日   |              |           |        |           |
| 5 (月)  |                                |                     |               |              | こどもの日   |              |           |        |           |
| 6 (火)  |                                |                     |               |              | 振替休日    |              |           |        |           |
| 7 (水)  | ミートボール 温野菜 豆腐汁 バナナ             | おやつパン 牛乳            | スポロン せんべい     | ご飯           |         | 382          | 17.3      | 16.5   | 1.7       |
| 8 (木)  | きんぴらごぼう ぎせい豆腐 青菜汁 いちご          | せんべい ヤクルト           | バナナ           | ご飯           |         | 375          | 17.2      | 11.7   | 2.1       |
| 9 (金)  | アスパラ入りスパゲティー レバーの甘辛煮 野菜スープ キウイ | おにぎり 野菜生活           | ミルクフリン        | アスパラ入りスパゲティー |         | 379          | 12.5      | 10.8   | 2.9       |
| 10 (土) | サンドイッチ 牛乳 ごぼうサラダ オレンジ          | バナナ                 | 麦茶 ビスケット      | サンドイッチ       |         | 570          | 19.3      | 19.4   | 1.8       |
| 11 (日) |                                |                     |               |              |         |              |           |        |           |
| 12 (月) | 春野菜カレー 小女子甘煮 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           |         | 361          | 14.6      | 13.9   | 2.0       |
| 13 (火) | さばの味噌煮 マカロニサラダ 大根汁 キウイ         | ジョア せんべい            | バナナ           | ご飯           |         | 348          | 19.0      | 13.2   | 1.5       |
| 14 (水) | 焼肉 ビーフンソテー とろりんスープ オレンジ        | よもぎ団子 麦茶            | 手作りヨーグルト      | ご飯           | よもぎ団子作り | 378          | 15.4      | 16.4   | 2.1       |
| 15 (木) | 切干大根煮 野菜のキッシュ なめこ汁 バナナ         | ビスコ 牛乳              | ゼリー           | ご飯           |         | 440          | 15.5      | 14.5   | 1.8       |
| 16 (金) | たけのご飯 鶏唐揚げ 青菜和え 春キャベツ汁 いちご     | 誕生ケーキ 麦茶 アイスクリーム    |               | たけのご飯        | 誕生会     | 424          | 20.0      | 19.3   | 2.3       |
| 17 (土) | ピーナッツサンド グラタン 牛乳 キウイ           | フリン せんべい            | 麦茶 ビスコ        | ピーナッツサンド     |         | 591          | 20.2      | 22.3   | 0.9       |
| 18 (日) |                                |                     |               |              |         |              |           |        |           |
| 19 (月) | ワンタンスープ つくお焼き ナムル オレンジ         | のむヨーグルト 昆布          | りんごジュース せんべい  | ご飯           |         | 300          | 16.7      | 12.7   | 2.7       |
| 20 (火) | まぐろの竜田揚げ 三色和え すまし汁 キウイ         | せんべい スポロン           | バナナ           | ご飯           |         | 310          | 13.5      | 9.4    | 1.3       |
| 21 (水) | 鶏肉のバーベキューソース カラフルサラダ わかめ汁 バナナ  | おやつぱん 牛乳            | 麦茶 玉子ポーロ      | ご飯           |         | 314          | 16.7      | 13.2   | 1.7       |
| 22 (木) | 酢豚 花型卵 豆麩汁 オレンジ                | クラッカー チーズ ジョア       | 手作りヨーグルト      | ご飯           |         | 318          | 14.2      | 11.0   | 1.8       |
| 23 (金) | ちゃんぽんうどん 揚げ出し豆腐 牛乳 キウイ         | おはぎ 麦茶              | ヨーク せんべい      | ちゃんぽんうどん     |         | 455          | 16.4      | 12.4   | 3.1       |
| 24 (土) |                                |                     |               |              | 春の合同遠足  |              |           |        |           |
| 25 (日) |                                |                     |               |              |         |              |           |        |           |
| 26 (月) | タンポポシチュー 竹輪と厚揚げ煮 牛乳 バナナ        | 手作りヨーグルト あたりめ       | オレンジジュース せんべい | ご飯           |         | 374          | 19.1      | 11.2   | 1.1       |
| 27 (火) | 焼魚 アスパラサラダ えのき汁 オレンジ           | せんべい ヤクルト           | バナナ           | ご飯           |         | 307          | 17.8      | 9.7    | 1.2       |
| 28 (水) | ふわふわ鶏から 土佐和え すまし汁 キウイ          | おやつぱん 牛乳            | フリン           | ご飯           |         | 305          | 16.1      | 14.5   | 2.2       |
| 29 (木) | 筑前煮 スクランブルエッグ 大根汁 オレンジ         | お好み焼き 牛乳            | 手作りヨーグルト      | ご飯           |         | 496          | 24.5      | 22.7   | 2.8       |
| 30 (金) | あんかけ焼きそば 塩昆布漬け 牛乳 キウイ          | 野菜生活 ビスケット          | ヨーク せんべい      | あんかけ焼きそば     |         | 302          | 9.3       | 8.1    | 1.0       |
| 31 (土) | チョコサンド 春雨ソテー 牛乳 バナナ            | 牛乳フリン せんべい          | 麦茶 ビスケット      | チョコサンド       |         | 545          | 13.4      | 24.9   | 0.6       |

\* 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