

令和2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		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	金	ジュース せんべい	焼きそば ウィンナー 牛乳 グレープフルーツ ご飯	プリン ビスケット	ぶたかた ソーセージ 牛乳	米菓 煮し中華めん 調合油 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 グレープ フルーツ	144kcal タンパク: 11.3g 脂質: 20g	食塩相当量: 1.2g	兜行列
2	土	麦茶 ビスケット	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) サラダ ころころスープ 牛乳 いちご	ジュース せんべい	ハム プロセスチーズ ペー コン 牛乳	ビスケット コッペパン マヨ ネーズ いちごジャム マーガ リン じゃがいも 調合油 米菓	きゅうり レタス にんじん た まねぎ キャベツ にんにく い ちご	144kcal タンパク: 11.4g 脂質: 17.2g	食塩相当量: 1.2g	
3	日									憲法記念 日
4	月									みどりの日
5	火									こどもの日
6	水									振替休日
7	木	麦茶 駄菓子	親子煮 白菜の塩昆布和え えのき汁 オレンジ ご飯	牛乳 ビスケット	若鶏もも なた 鶏卵 かつ お節 米みそ 牛乳	かりんとう 三温糖 水稲穀粒 ビスケット	たまねぎ にんじん しいたけ 白菜 きゅうり 塩昆布 えのき 汁け わかめ オレンジ	144kcal タンパク: 11.3g 脂質: 10.8g	食塩相当量: 0.9g	
8	金	ジュース せんべい	鶏南蛮 揚げ出し豆腐 牛乳 キウイ	麦茶 よもぎ団子(★)	かつお節 若鶏もも 凍り豆 菓 牛乳 きな粉	米菓 うどん でん粉 三温糖 調合油	にんじん しいたけ たまねぎ 根深ねぎ キウイ よもぎ	144kcal タンパク: 13.4g 脂質: 8.4g	食塩相当量: 2g	よもぎ団子 づくり
9	土	ヤクルト ビスケット	ミルクリッチ ポテトのカレー炒め 牛乳 グレープフルーツ	ジュース せんべい	ベーコン 牛乳	ビスケット じゃがいも コッパ パン 米菓	にんじん たまねぎ コーン缶 グレープフルーツ	144kcal タンパク: 10.1g 脂質: 13.4g	食塩相当量: 0.9g	
10	日									
11	月	ジュース せんべい	ハッシュドポーク 竹輪と高野豆腐の煮物 牛乳 キウイ ご飯	飲むヨーグルト(★) ビスコ	ぶたかた 焼き竹輪 凍り豆 菓 牛乳 ヨーグルト	米菓 じゃがいも 調合油 三 温糖 水稲穀粒 乳酸菌飲料 ビスケット	にんじん たまねぎ ぶなしめ じ さやいんげん キウイフル ーツ	144kcal タンパク: 14g 脂質: 13.6g	食塩相当量: 1.3g	
12	火	牛乳 クッキー	タンダーリーチキン シーザーサラダ わかめ汁 甘夏 ご飯	野菜生活 蒸しパン(★)	牛乳 若鶏もも ヨーグルト ハム ナチュラルチーズ 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 プレミックス粉 三温糖 調 合油	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ コーン缶 にんじん きゅうり わかめ 甘夏	144kcal タンパク: 14.3g 脂質: 25.3g	食塩相当量: 1.7g	
13	水	麦茶 ビスケット	カレイのムニエル スパゲティサラダ なめこ汁 オレンジ ご飯	牛乳 チョコチップパン	かれい クリーム まぐろ缶 かつお節 みそ 牛乳	ビスケット 無塩バター 薄力 粉 スパゲティ マヨネーズ 焼きふ 水稲穀粒 パン	根深ねぎ にんじん コーン缶 きゅうり こまつな オレンジ	144kcal タンパク: 14.8g 脂質: 15.2g	食塩相当量: 0.9g	
14	木	牛乳 ウエハース	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆麴汁 グレープフルーツ ご飯	ゼリー せんべい	牛乳 納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセスチーズ	ウエハース 調合油 さつまい も 三温糖 水稲穀粒 米菓	にんじん 根深ねぎ 玉ねぎ グレープフルーツ	144kcal タンパク: 14.7g 脂質: 13.1g	食塩相当量: 0.8g	
15	金	ヤクルト せんべい	春の桜エビごはん 松風焼き カラフルサラダ キャベツ汁 キウイ	アイス	さくらえび 鶏ひき肉 鶏卵 油揚げ かつお節 みそ	米菓 水稲穀粒 パン粉 三温 糖 ごま 調合油 普通はるさ め ラクトアイス	ひじき 根深ねぎ たまねぎ ピーマン コーン缶 きゅうり キャベツ えのき汁け キウイ	144kcal タンパク: 11.1g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 0.9g	誕生会

令和2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		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			
16	土	麦茶 駄菓子	甘バターサンド プロッコリーサラダ 牛乳 オレンジ	ジュース せんべい	プロセスチーズ 牛乳	かりんとう マカロニ マヨネ ーズ 米菓	プロッコリー にんじん きゅう り コーン缶 オレンジ	144kcal タンパク: 10.1g 脂質: 13.6g	食塩相当量: 0.8g	
17	日									
18	月	ジュース せんべい	アスパラカレー 小女子の甘煮 牛乳 キウイ ご飯	フルーツヨーグルト(★) ビスケット	ぶたかた いかなご 牛乳 ヨーグルト	米菓 じゃがいも 調合油 三 温糖 水稲穀粒 ざらめ糖 ビ スケット	たまねぎ にんじん アスパラ ガス キウイ パナナ みかん 缶 バイン缶	144kcal タンパク: 10.9g 脂質: 10.2g	食塩相当量: 0.8g	
19	火	牛乳 クラッカー	焼肉 青菜のごま和え えのき汁 グレープフルーツ ご飯	スポン せんべい	牛乳 ぶたローズ かつお節 みそ	クラッカー ごま 三温糖 水稲 穀粒 米菓	こまつな にんじん もやし コーン缶 えのき汁け たまね ぎ わかめ グレープフルーツ	144kcal タンパク: 14.3g 脂質: 10.8g	食塩相当量: 1.4g	
20	水	麦茶 クッキー	赤魚の煮付け マカロニサラダ 豆腐汁 甘夏 ご飯	牛乳 ツナコーンパン(★)	赤魚 プロセスチーズ 絹ご し豆腐 かつお節 みそ 牛 乳 まぐろ缶	ビスケット 三温糖 マカロニ マヨネーズ 水稲穀粒 ロール パン	しょうが きゅうり にんじん コーン缶 たまねぎ わかめ 甘夏	144kcal タンパク: 17.8g 脂質: 19.7g	食塩相当量: 1.6g	
21	木	プリン	筑前煮 野菜入り玉子焼き 青菜汁 メロン ご飯	牛乳 じゃが丸くん(★)	成鶏もも 鶏卵 プロセス チーズ 削り節 みそ 牛乳	こんにやく 三温糖 調合油 焼きふ 水稲穀粒 じゃがいも 無塩バター でん粉	ごぼう にんじん しいたけ れ んこん さやいんげん たまね ぎ こまつな メロン あおのり	144kcal タンパク: 14.4g 脂質: 13g	食塩相当量: 1.7g	
22	金	牛乳 ウエハース	きつねうどん 切り干し大根サラダ 牛乳 オレンジ	ヤクルト せんべい	牛乳 油揚げ 焼き竹輪	ウエハースうどん 三温糖 米 菓	にんじん しいたけ 根深ねぎ たまねぎ わかめ 切干大根 きゅうり コーン缶 オレンジ	144kcal タンパク: 13.8g 脂質: 12.9g	食塩相当量: 1.9g	
23	土	麦茶 玉子ポーロ	セサミパン ミネストローネ 牛乳 グレープフルーツ	ジュース せんべい	若鶏もも 大豆缶 牛乳	ポーロ コッペパン ごま じゃ がいも マカロニ 米菓	たまねぎ にんじん キャベツ トマト缶 にんにく グレープフ ルーツ	144kcal タンパク: 9.9g 脂質: 7.1g	食塩相当量: 1.2g	
24	日									
25	月	ジュース せんべい	コーンシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 キウイ ご飯	ヨーグルト ビスケット	成鶏もも 焼き竹輪 生揚げ 牛乳	米菓 じゃがいも 三温糖 水 稲穀粒 ビスケット	コーン缶 たまねぎ にんじん キウイ	144kcal タンパク: 15.7g 脂質: 13.2g	食塩相当量: 0.8g	
26	火	ゼリー	ヘルシーミートローフ 温野菜 豆麴汁 オレンジ ご飯	牛乳 ココアマフィン(★)	ぶたひき肉 水稲豆腐 鶏卵 かつお節 みそ 牛乳 鶏卵	ゼリー 調合油 パン粉 三温 糖 焼きふ 水稲穀粒 プレミッ クス粉 無塩バター ココア	たまねぎ にんじん キャベツ プロッコリー コーン缶 こまつ な オレンジ	144kcal タンパク: 14.2g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 0.7g	
27	水	ヤクルト せんべい	焼き魚 ポテトサラダ なめこ汁 甘夏 ご飯	牛乳 玄米パン	鮭 かつお節 プロセスチ ーズ 絹ごし豆腐 かつお節 みそ 牛乳	米菓 じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒 パン	きゅうり にんじん コーン缶 なめこ 根深ねぎ 甘夏	144kcal タンパク: 15.8g 脂質: 11.7g	食塩相当量: 0.8g	
28	木	牛乳 ウエハース	五目昆布煮 スクランプルエッグ わかめ汁 メロン ご飯	プリン せんべい	牛乳 ぶたかた 油揚げ 焼 き竹輪 だいず缶 鶏卵 絹 ごし豆腐 かつお節 みそ	ウエハース 三温糖 調合油 有塩バター 水稲穀粒 米菓	まこんが ごぼう にんじん わ かめ たまねぎ メロン	144kcal タンパク: 15.1g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 1.6g	
29	金	麦茶 クッキー	アスパラとトマトのスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 グレープフルーツ ご飯	ジョア 菜めしチーズおにぎり(★)	ベーコン ナチュラルチ ーズ ぶた肝臓 牛乳 プロセ スチーズ	ビスケット スパゲッティ でん 粉 調合油 三温糖 水稲穀粒	たまねぎ アスパラガス ぶな しめじ トマト缶 グレープフ ルーツ わかめ	144kcal タンパク: 21.9g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1g	
30	土	スポン クラッカー	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 オレンジ	ジュース せんべい	成鶏もも 牛乳	クラッカー コッペパン いち ごジャム マーガリン 豆乳 じゃ がいも 米菓	にんじん たまねぎ キャベツ オレンジ	144kcal タンパク: 12.5g 脂質: 11g	食塩相当量: 1.6g	
31	日									

(★)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2年 5月 献立表

3歳以上児

門田報徳保育園

日 曜	昼食	昼間	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価		行事
1 金	焼きそば ウインナー 牛乳 グレープフルーツ	プリン ビスケット	ぶたかた ソーセージ 牛乳	蒸し中華めん 調合油 ビスケット	もやし たまねぎ にんじん キャベツ あおさ グレープフルーツ	エネルギー：445kcal タンパク：16.6g 脂質：26.8g	食塩相当量：1.4g	兜行列
2 土	サンドイッチ ころころスープ 牛乳 いちご	ジュース せんべい	ハム プロセステーズ ベーコン 牛乳	食パン マヨネーズ マーガリン じゃがいも 調合油 米菓	きゅうり レタス にんじん たまねぎ キャベツ にんにく いちご	エネルギー：554kcal タンパク：17.5g 脂質：20.4g	食塩相当量：2g	
3 日								憲法記念日
4 月								みどり日
5 火								こどもの日
6 水								振替休日
7 木	親子煮 白菜の塩昆布和え 牛乳 オレンジ	牛乳 ビスケット	若鶏もも なたと 鶏卵 牛乳	三温糖 ビスケット	たまねぎ にんじん しいたけ さやいんげん 白菜 きゅうり 塩昆布 オレンジ	エネルギー：347kcal タンパク：15.7g 脂質：17g	食塩相当量：1g	
8 金	鶏南蛮 揚げ出し豆腐 牛乳 キウイ	麦茶 よもぎ団子(★)	かつお節 若鶏もも 凍り豆腐 牛乳 きな粉	うどん でん粉 三温糖 調合油 上新粉	にんじん しいたけ たまねぎ 根 菜ねぎ キウイ よもぎ	エネルギー：418kcal タンパク：16.2g 脂質：12.2g	食塩相当量：2.2g	よもぎ団子 づくり
9 土	ミルクリッチ ポテのカレー炒め 牛乳 グレープフルーツ	ジュース せんべい	ベーコン 牛乳	コッペパン じゃがいも 米菓	にんじん たまねぎ コーン缶 グレープフルーツ	エネルギー：485kcal タンパク：15.8g 脂質：17.2g	食塩相当量：1.1g	
10 日								
11 月	ハッシュドポーク 竹輪と高野豆腐の煮物 牛乳 キウイ	飲むヨーグルト(★) ビスコ	ぶたかたロース 焼き竹輪 凍り 豆腐 牛乳 ヨーグルト	じゃがいも 調合油 三温糖 乳 酸菌飲料 ビスケット	にんじん たまねぎ ぶなしめじ さやいんげん キイ	エネルギー：458kcal タンパク：19g 脂質：21.5g	食塩相当量：2.1g	
12 火	タンダーリーチキン シーザーサラダ 牛乳 甘夏	野菜生活 蒸しパン(★)	成鶏もも ヨーグルト ハム 牛乳 鶏卵	マヨネーズ プレミックス粉 三温 糖 調合油	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ コーン缶 にんじん きゅうり 甘夏	エネルギー：611kcal タンパク：22g 脂質：34.8g	食塩相当量：2g	
13 水	カレイのムニエル スパゲティサラダ 牛乳 オレンジ	牛乳 チョコチップパン	かかれい クリーム まぐろ缶 牛乳	無塩バター 薄力粉 スパゲッ ティ マヨネーズ パン	たまねぎ にんじん コーン缶 きゅうり オレンジ	エネルギー：471kcal タンパク：19.8g 脂質：21.7g	食塩相当量：1g	
14 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 牛乳 グレープフルーツ	ゼリー せんべい	納豆 焼き竹輪 鶏卵 プロセス チーズ 牛乳	調合油 さつま芋 三温糖 米 菓	にんじん 根菜ねぎ グレープ フルーツ	エネルギー：364kcal タンパク：13.8g 脂質：10.8g	食塩相当量：1g	
15 金	春の桜エビごはん 松風焼き カラフルサラダ キャベツ汁 キウイ	アイス	さくらえび 鶏ひき肉 鶏卵 油揚 げ かつお節 みそ	水稲穀粒 パン粉 三温糖 ごま 調合油 はるさめ ラクトアイス	ひじき 根菜ねぎ たまねぎビー マン コーン缶 きゅうり きくらげ キャベツ えのきたけ キウイ	エネルギー：539kcal タンパク：18.9g 脂質：18.1g	食塩相当量：1.8g	誕生会

令和2年 5月 献立表

3歳以上児

門田報徳保育園

日 曜	昼食	昼間	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	栄養価		行事
16 土	甘バターパン ブロッコリーサラダ 牛乳 オレンジ	ジュース せんべい	プロセスチーズ 牛乳	パン マカロニ マヨネーズ 米菓	ブロッコリー にんじん きゅうり コーン缶 オレンジ	エネルギー：571kcal タンパク：17.5g 脂質：23.5g	食塩相当量：1.3g	
17 日								
18 月	アスパラカレー 小女子の甘煮 牛乳 キウイ	フルーツヨーグルト(★) ビスケット	ぶたかた いかなご 牛乳 ヨー グルト	じゃがいも 調合油 三温糖 ざら め糖 ビスケット	たまねぎ にんじん アスパラガ ス キウイ パナナ みかん缶 パイン缶	エネルギー：421kcal タンパク：13.6g 脂質：15.1g	食塩相当量：1.4g	
19 火	焼肉 青菜のごま和え 牛乳 グレープフルーツ	スポン せんべい	ぶたロース 牛乳	ごま 三温糖 米菓	こまつな にんじん もやし コー ン缶 グレープフルーツ	エネルギー：325kcal タンパク：14.8g 脂質：12.9g	食塩相当量：0.8g	
20 水	赤魚の煮付け マカロニサラダ 牛乳 甘夏	牛乳 ツナコーンパン(★)	赤魚 プロセステーズ 牛乳 まぐ ろ缶	三温糖 マカロニ マヨネーズ ロールパン	しょうが きゅうり にんじん コー ン缶 甘夏	エネルギー：575kcal タンパク：25.4g 脂質：28.7g	食塩相当量：1.8g	
21 木	筑前煮 野菜入り玉子焼き 牛乳 メロン	牛乳 じゃが丸くん(★)	成鶏もも 鶏卵 プロセステーズ 牛乳	こんにゃく 三温糖 調合油 じゃ がいも 無塩バター でん粉	ごぼう にんじん しいたけ れん こん さやいんげん たまねぎ メ ロン あおのり	エネルギー：445kcal タンパク：19.8g 脂質：21.3g	食塩相当量：2.7g	
22 金	きつねうどん 切り干し大根サラダ 牛乳 オレンジ	ヤクルト せんべい	油揚げ 焼き竹輪 牛乳	うどん 三温糖 米菓	にんじん しいたけ 根菜ねぎ た まねぎ わかめ 切干大根 きゅ うり コーン缶 オレンジ	エネルギー：314kcal タンパク：10.6g 脂質：7.7g	食塩相当量：2.1g	
23 土	セサミン ミネストローネ 牛乳 グレープフルーツ	ジュース せんべい	若鶏もも 大豆缶 牛乳	コッペパン ごま じゃがいも マ カロニ 米菓	たまねぎ にんじん キャベツ ト マト缶 にんにく グレープフルー ツ	エネルギー：442kcal タンパク：19g 脂質：9.5g	食塩相当量：2.2g	
24 日								
25 月	コーンシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 キウイ	ヨーグルト ビスケット	成鶏もも 焼き竹輪 生揚げ 牛 乳	じゃがいも 三温糖 ビスケット	コーン缶 たまねぎ 人参 キウイ	エネルギー：467kcal タンパク：19g 脂質：18.3g	食塩相当量：1g	
26 火	ヘルシーミートローフ 温野菜 牛乳 オレンジ	牛乳 ココアマフィン(★)	ぶたひき肉 木綿豆腐 牛乳 鶏 卵	調合油 パン粉 三温糖 プレミッ クス粉 無塩バター ココア	たまねぎ にんじん キャベツ ブ ロッコリー コーン缶 オレンジ	エネルギー：502kcal タンパク：19g 脂質：26.7g	食塩相当量：1g	
27 水	焼き魚 ポテトサラダ 牛乳 甘夏	牛乳 玄米パン	鮭 かつお節 プロセステーズ 牛乳	じゃがいも マヨネーズ パン	きゅうり にんじん コーン缶 甘 夏	エネルギー：421kcal タンパク：21.2g 脂質：20.6g	食塩相当量：0.7g	
28 木	五目昆布煮 スクラブルエッグ 牛乳 メロン	プリン せんべい	ぶたかた 油揚げ 焼き竹輪 大 豆缶 鶏卵 牛乳	三温糖 調合油 有塩バター 米 菓	こんぶ ごぼう にんじん メロン	エネルギー：369kcal タンパク：14.1g 脂質：16.4g	食塩相当量：1.5g	
29 金	アスパラとトマトのスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 グレープフルーツ	ジョア 菜めしチーズおにぎり(★)	ベーコン ナチュラルチーズ ぶ た肝臓 牛乳	マカロニ でん粉 調合油 三温 糖 水稲穀粒	たまねぎ アスパラガス ぶなし めじ トマト缶 わかめ グレープ フルーツ	エネルギー：625kcal タンパク：28.5g 脂質：18.5g	食塩相当量：2.6g	
30 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン) 野菜たっぷり豆乳スープ 牛乳 オレンジ	ジュース せんべい	成鶏もも 牛乳	コッペパン いちごジャム マーガ リン 豆乳 じゃがいも 米菓	にんじん たまねぎ キャベツ オ レンジ	エネルギー：505kcal タンパク：14.9g 脂質：14.3g	食塩相当量：2.2g	
31 日								

(★)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。