



5月献立予定表



清原保育園 幼児

日	曜日	乳児のみ9:30おやつ	昼 食						3:00おやつ		
			乳児栄養価			幼児栄養価					
			エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	
1	土		おまかせメニュー								
3	月		憲法記念日								
4	火		みどりの日								
5	水		こどもの日								
6	木	ムース	ごはん 鮭のマヨ焼き ひじき煮 厚揚げの煮物 ほうれん草のみそ汁 オレンジ						ホットケーキ		
			471	15.3	14.5	2.3	568	15.3	15.1	2.5	
7	金	ビスケット	ごはん 鶏のネギみそ焼き 春キャベツのサラダ 厚焼き玉子 豆腐のすまし汁 GFILビー						ゼリー おかし		
			500	18.4	16.2	1.9	590	19.3	17.6	2.1	
8	土		おまかせメニュー								
10	月	おせんべい	ごはん 肉豆腐 コロッケ おひたし 千ヶん菜みそ汁 GF						おふらさく、バナナ		
			513	20	15.3	1.9	601	20.1	17.6	2.1	
11	火	ビスケット	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ シューマイ 中華スープ パイン						ムース		
12	水	コーンフレーク	きつねうどん 魚、おいものてんぷら おかかあえ オレンジ						おにぎり		
			477	18	20.7	2.1	569	19.3	22.1	2.2	
13	木	ビスケット	わかめごはん さばの味噌煮 おひたし 切干大根煮 おふのすまし汁 GFILビー						ジャムパン		
			462	18.3	13.2	1.5	577	21	16.9	1.9	
14	金	おせんべい	ごはん からあげ 酢の物 五目煮豆 キャベツのみそ汁 バナナ						ヨーグルト、お菓子		
			499	21.3	19.6	1.6	578	23.7	21.5	1.8	
15	土		おまかせメニュー								
17	月	ムース	ごはん ささみフライ チーズサラダ トマト はくさいみそ汁 GF						プリン、お菓子		
			513	17.3	16.2	2.1	600	20.5	21.6	2.3	
18	火	おせんべい	ごはん とりつくね ゆかりあえ がんも煮 たまねぎみそ汁 パイン						フライドポテト		
			493	19.6	19	1.9	594	23.9	24.3	2.2	
19	水	ウエハース	カレーライス ゆで卵 生野菜サラダ コンソメスープ バナナ						ムース		
			502	17.5	15.3	2.1	567	18.2	17.9	2.4	
20	木	ビスケット	ごはん 豚のみそごうじ焼き ごまあえ 厚焼き玉子 もやしのみそ汁 GFILビー						焼きそば		
			476	17.5	19.3	2.1	597	20.1	21	2.3	
21	金	おせんべい	パン ミートスパゲティ コーンサラダ キンナゲット コンソメスープ オレンジ						ませごはん		
			492	20.6	15.4	1.5	588	22.4	17.9	1.6	
22	土		おまかせメニュー								
24	月	ビスケット	ごはん 麻婆豆腐 ナムル 餃子 中華スープ GF						コーンフレーク		
			490	18.5	16.5	1.5	612	20.3	19.6	1.8	
25	火	ウエハース	ごはん スタミナ焼肉 茹でキャベツ 厚焼き玉子 わかめの味噌汁 GFILビー						カボチャプリン、お菓子		
			523	21.5	21.8	2.3	616	22.1	23.3	2.4	
26	水	ヨーグルト	ごはん 魚のフライ 切干大根のごまあえ シューマイ ほうれん草のみそ汁 バナナ						星ポテト		
			523	21.5	21.8	2.3	616	22.1	23.3	2.4	
27	木	おせんべい	ごはん 鶏のネギ塩焼き おかかあえ 厚揚げ煮 すまし汁 オレンジ						ゼリー おかし		
			470	21.6	12.3	1.9	588	22.7	17.7	2.3	
28	金	ビスケット	ごはん ハンバーグ フライドポテト スパサラ 油揚げのみそ汁 パイン						ブルーベリーヨーグルト		
			471	15.3	14.5	2.3	568	15.3	15.1	2.5	
29	土		おまかせメニュー								
31	月	おせんべい	ハヤシライス 照り焼きチキン 生野菜サラダ コンソメスープ オレンジ						ココアケーキ		
			512	18.9	21.3	2	599	19.4	22.4	2.3	

※ 材料入手の都合により、一部変更することもありますのでご了承下さい。