





















R2年

* 5月の献立表 *

小百合保育園

日 曜日	午前乳児 おやつ	昼食		午後 おやつ	主な材料	乳児		幼児	
		主食	おかず			エネルギー kcal	たんぱく質 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g
1 金			鶏そぼろ丼 切干大根煮 ブロccoli 澄まし汁	みかんゼリー ビスケット 牛乳	鶏ひき肉 卵 人参 さやいんげん・切干大根 椎茸 人参 油揚げ ブロッコリー・豆腐 わかめ 水菜 (寒天 みかん缶・ビスケット・牛乳)	489	18.4	550	20.7
2 土			二色おにぎり じゃがいもそぼろ煮 みそ汁	ホットケーキ オレンジ 牛乳	鮭 わかめ 焼き海苔・じゃがいも 人参 いんげん 豚挽き肉 玉ねぎ ほうれん草 (ケーキミックス 牛乳・オレンジ・牛乳)	469	14.7	534	18.6
7 木			キーマカレー マカロニサラダ コーンスープ	ジャム蒸しパン 牛乳	豚挽き肉 玉ねぎ 人参 ピーマン カレールー・マカロニ きゅうり コーン缶 ロースハム・卵 葉ねぎ クリームコーン缶 (苺ジャム ケーキミックス・牛乳)	516	22.8	638	24.2
8 金			かき揚げうどん 金時煮豆 トマト	鮭おにぎり オレンジ 麦茶	玉ねぎ 人参 しいたけ 焼きちくわ 葉ねぎ 金時豆・トマト (白米 鮭 焼き海苔・オレンジ・麦茶)	522	20.1	593	21.7
9 土			ソーセージピラフ ポテトサラダ わかめスープ	ココロケーキ バナナ 牛乳	ソーセージ 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ じゃがいも きゅうり 人参 ツナ缶・わかめ もやし 葉ねぎ (ホットケーキミックス 牛乳・バナナ・牛乳)	513	15.7	595	17.8
11 月			スパゲッティナポリタン 大根サラダ ひじきスープ	あじさいゼリー Caせんべい 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン ベーコン・大根 きゅうり ロースハム ひじき 玉ねぎ 卵 水菜 (寒天 みかん缶 ぶどうジュース・Caせんべい・牛乳)	515	19.8	593	22.5
12 火			二色丼 さつまいも甘煮 みそ汁	チーズサンド りんごジュース	ツナ缶 卵 人参 さやいんげん・さつまいも 豆腐 油揚げ わかめ 葉ねぎ (食パン チーズ・100%りんごジュース)	524	17.8	611	18.9
13 水			鶏照り焼き 納豆和え みそ汁	さくさくクッキー バナナ 牛乳	鶏肉・ほうれん草 人参 えのきたけ ひき割り納豆 キャベツ もやし わかめ (小麦粉 バター・バナナ・牛乳)	517	20.7	582	24.2
14 木			マカロニグラタン 野菜炒め ポテトスープ	焼きおにぎり オレンジ 麦茶	鶏肉 玉ねぎ しめじ マカロニ 牛乳 バター・ほうれん草 人参 もやし ベーコン・じゃがいも 玉ねぎ いんげん (白米 かつお節・オレンジ・麦茶)	529	23.1	653	25.6
15 金			鮭塩焼き なめたけ和え みそ汁	安倍川マカロニ りんご 牛乳	鮭・キャベツ ほうれん草 なめたけ 生揚げ 玉ねぎ 葉ねぎ (マカロニ きな粉・りんご・牛乳)	491	22.5	577	25.8

