



























R2年

## \* 5月の献立表 \*

小百合保育園

日 曜日	R2年			* 5月の献立表 *				小百合保育園			
	午前乳児	昼食		午後	主な材料	乳児		幼児			
	おやつ	主食	おかず	おやつ		エネルギー kcal	たんぱく質 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g		
16 土			焼うどん じゃがいも煮 みそ汁		玉ねぎ 人参 ピーマン 豚肉 じゃがいも 人参 ほうれん草 焼き麩	363	14.2	386	15.3		
18 月			鯖の香味焼き もやしナムル 田舎汁	焼き麩ラスク りんご 牛乳	鯖 生姜・もやし ほうれん草 人参 大根 椎茸 ごぼう 人参 葉ねぎ 豆腐 鶏肉 (焼き麩 バター・りんご・牛乳)	510	23.3	575	25.7		
19 火			カレー肉じゃが ブロッコリーおかか和え かき玉汁	揚げパン オレンジ 牛乳	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 いんげん・ブロッコリー かつお節 卵 椎茸 ニラ (バターロール・オレンジ・牛乳)	526	18.9	603	20.9		
20 水			アジフライ キャベツとハムの酢の物 みそ汁	ホットケーキ バナナ 麦茶 牛乳(幼)	アジ パン粉・キャベツ ほうれん草 ロースハム いりごま 大根 えのきたけ 葉ねぎ 油揚げ (ケーキミックス 牛乳・バナナ・麦茶 牛乳(幼))	504	18.8	663	26.2		
21 木			照り焼きハンバーグ ポパイソテー ミルクスープ	ひじきおにぎり オレンジ 麦茶	鶏ひき肉 玉ねぎ しいたけ ピーマン・ほうれん草 人参 コーン缶 じゃがいも 玉ねぎ いんげん ベーコン 牛乳 (白米 ひじき 焼き海苔・オレンジ・麦茶)	554	22.5	619	23.9		
22 金			麻婆豆腐丼 大豆サラダ みそ汁	きな粉トースト 飲むヨーグルト	豆腐 豚挽き肉 玉ねぎ 人参 しいたけ 葉ねぎ 甜麺醬 大豆 ブロッコリー 人参 ツナ缶・大根 厚揚げ 葉ねぎ (食パン きな粉 バター・飲むヨーグルト)	554	22.3	630	26.5		
23 土			チキンカレーライス かみかみサラダ わかめスープ	みかんゼリー Caせんべい 牛乳	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 カレールー 大根 人参 きゅうり ロースハム・わかめ コーン缶 水菜 (寒天 みかん缶・Caせんべい・牛乳)	541	17.2	626	19.4		
25 月			金目鯛煮つけ 納豆和え みそ汁	苺ジャムサンド バナナ 牛乳	金目鯛 生姜・ほうれん草 人参 えのきたけ ひき割り納豆 玉ねぎ 油揚げ 葉ねぎ わかめ (食パン 苺ジャム・バナナ・牛乳)	500	20.7	603	23.4		
26 火			鶏肉マーマレード焼き ポテトサラダ コーンスープ	焼きおにぎり りんご 麦茶 牛乳(幼)	鶏肉 マーマレード・じゃがいも きゅうり 人参 ロースハム コーン缶 水菜 卵 (白米 しらす干し・りんご・麦茶 牛乳(幼))	503	20.7	651	26.5		
27 水			カジキみそ焼き 磯香浸し みそ汁	野菜うどん バナナ 牛乳	カジキ 味噌・ほうれん草 キャベツ 焼き海苔 もやし わかめ 葉ねぎ (うどん 鶏ひき肉 人参 しいたけ 葉ねぎ・バナナ・牛乳)	507	20.8	602	23.8		
28 木			ピビンバ丼 スパゲッティサラダ トマト 豆腐スープ	ヨーグルトパンケーキ オレンジ 牛乳	豚挽き肉 もやし ほうれん草 人参 パプリカ 甜麺醬 きゅうり 人参 コーン缶 ロースハム・トマト・豆腐 葉ねぎ わかめ (ケーキミックス ヨーグルト・オレンジ・牛乳)	530	21.3	603	24.1		
29 金			シュウマイ キャベツ卵炒め 澄まし汁	人参ゼリー ビスケット 牛乳	豚挽き肉 玉ねぎ キャベツ 生姜・卵 キャベツ 人参 焼き麩 椎茸 ほうれん草 焼きちくわ (寒天 りんごジュース 人参・ビスケット・牛乳)	507	18.7	603	19.9		
30 土			ツナおぼろ丼 もやしサラダ みそ汁	シュガートースト バナナ 牛乳	ツナ缶 いんげん・もやし きゅうり 人参 ロースハム じゃがいも わかめ 葉ねぎ (食パン バター・バナナ・牛乳)	532	19.8	606	21.5		

上記の食品の除去を依頼します

氏名

㊞