

2023年5月 月間献立表

ぎのわんおひさま保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6
昼食	ごはん、松風焼き、キャベツ炒め、大根スープ	ごはん、チキンBBQソース、グリーンサラダ、みそ汁(こまつな・麩)、オレンジ				そばろ丼、みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)、パイン
午後おやつ	豆乳、フルーツヨーグルト	豆乳、こいのぼりトースト				豆乳、マシュマロサンド
	8	9	10	11	12	13
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、切干し大根の炒め、こまつなスープ	沖縄そば、もやしのごま和え、オレンジ	もずく丼、ほうれん草のおかか和え、みそ汁(豆腐・わかめ)、りんご	ごはん、白身魚の鹽揚げ、豆腐チャンプルー、すまし汁(大根・えのき)、バナナ	ごはん、鶏の甘辛煮、しらすこま和え、白菜スープ	焼とり丼、みそ汁(こまつな・麩)、もも
午後おやつ	豆乳、ラスク	豆乳、塩昆布とチーズのおにぎり	豆乳、マーブルクッキー	豆乳、フルーツサンド	豆乳、フルーツゼリー、Caウエハース	豆乳、クリームパン
	15	16	17 お弁当会	18	19	20
昼食	ごはん、ベジタブルカレー、マカロニサラダ、りんご	ごはん、豚肉とナスの味噌炒め、塩昆布トマトサラダ、大根スープ		ごはん、鮭チーズ焼き、プロッコリー炒め、コンソメスープ	パン、タンドリーチキン、春キャベツのコールスロー、ポトフ、バナナ	豚二郎丼、みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)
午後おやつ	豆乳、揚げパン	豆乳、ヨーグルト、Caウエハース	豆乳、スノーボール	豆乳、チョコプリン	豆乳、黒ごまマフィン	豆乳、メロンパン
	22	23	24 お誕生会	25	26	27
昼食	ごはん、しょうが焼き、こまつなサラダ、みそ汁(豆腐・わかめ)	野菜みそラーメン、ちくわ磯辺揚げ、オレンジ	ごはん、ハンバーグ、お芋のヨーグルトサラダ、チキン野菜スープ、バナナ	ごはん、白身魚のみそ焼き、パパイイリチー、コーンクリームスープ	ごはん、照焼きチキン、納豆みそ、さといも汁、もも	そばろ丼、みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)、パイン
午後おやつ	豆乳、バナナケーキ	豆乳、おかかおにぎり	豆乳、バースデーケーキ	豆乳、のり塩ポテトフライ	豆乳、Caウエハース、フルーツゼリー	豆乳、クリームパン
	29	30	31			
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、ひじき煮、すまし汁	中華丼、みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)、春雨サラダ、オレンジ	ごはん、マーマレードチキン、にんじんイリチー、アサ汁			
午後おやつ	豆乳、ツナコーンマフィン	豆乳、Caウエハース、ヨーグルト	豆乳、ハムチーズパン			

3歳未満児・平均エネルギー 387.8kcal/たんぱく質 15.5g/脂質 13.5g/塩分 1.2g
 3歳以上児・平均エネルギー 485.6kcal/たんぱく質 19.5g/脂質 16.9g/塩分 1.4g