



# 5月献立表



2024.4.30 新中央保育園

日	曜	食			備考		
		午前おやつ 3歳未満児	全園児	3歳未満児			
1	15	水	牛乳 オレンジ	さばの竜田揚げ ごま酢和え みそ汁(小松菜・油揚げ) ミニトマト	ごはん	ヨーグルトの フルーツ添え アパガスピスクット	
2	16	木	牛乳 キウイ	きつねうどん ちくわときゅうりの味噌マヨネーズ和え バナナ		牛乳 かしわもち風蒸しパン 牛乳 アンパンマン蒸しパン	
③	17	金	フルーツ ヨーグルト	大豆カレー アスパラサラダ にら玉スープ	ごはん	牛乳 ☆するめ せんべい(雪の宿)	
④	18	土	牛乳 果物	わかめラーメン じゃが芋炒め キウイ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
⑥	20	月	牛乳 ゴールド キウイ	厚揚げの中華煮 ブロッコリー みそ汁(キャベツ・しめじ) パイン	はなぐみ 焼きのりご飯 にじぐみ おにぎり	牛乳 ほうれん草の パンケーキ	3歳以上児 おにぎりの日
7	21	火	牛乳 バナナ	レバー入りハンバーグ びっくりドンキー風サラダ みそ汁(わかめ・高野豆腐) オレンジ	ごはん	牛乳 ジャムクラッカー (ストロベリー)	
8	22	水	牛乳 オレンジ	かきあげ ひじきの煮物 ゴールドキウイ みそ汁(大根・ほうれん草)	ごはん	フルーツポンチ ビスケット (アンパンマン)	
9	23	木	牛乳 キウイ	塩ラーメン ほうれん草の中華ごま和え バナナ		牛乳 ストーンクッキー	
10	24	金	フルーツ ヨーグルト	ほっけのカレー焼き ブロッコリーの三色サラダ みそ汁(豆腐・なめこ) パイン	ごはん	牛乳 ☆小魚 コロコロじゃがいも	
11	25	土	牛乳 果物	和風ツナスパゲティ ポテトサラダ キウイ 麦茶		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
13	27	月	牛乳 キウイ	すき焼風煮 かりこりきゅうり みそ汁(えのき・卵) オレンジ	はなぐみ 黒米ご飯 にじぐみ 黒米おにぎり	牛乳 おからドーナツ	3歳以上児 おにぎりの日
14	28	火	牛乳 バナナ	ミックスコロッケ コールスローサラダ かぶのスープ ゴールドキウイ	ロールパン	麦茶 五平餅	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
29 遠足	29	水	牛乳 オレンジ	厚揚げの中華煮 ブロッコリー みそ汁(キャベツ・しめじ) パイン	ごはん	牛乳 ほうれん草の パンケーキ	3歳以上児 お弁当です
30	30	木	牛乳 キウイ	にゅうめん かぼちゃのひじき煮 オレンジ		牛乳 ささみチーズ スティック	
31 誕生会	31	金	フルーツ ヨーグルト	😊😊わくわくアンパンマンランチ😊😊 アンパンマンご飯 ローストチキン アンパンマンポテト ミニトマト ブロッコリー ブチゼリー 野菜ジュース		牛乳 アンパンマン ケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません

\*5月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 454kcal、たんぱく質 16.9g、脂質 15.9gが平均給与量です。

\*5月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

エネルギー 382kcal、たんぱく質 16.2g、脂質 17.1gが平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの際に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。