

# 令和5年5月 献立予定表

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
ごはん みる みそ汁 ぶたにく 豚肉のマーマレード焼き マカロニサラダ くだもの 果物 メイプルパンケーキ 牛乳	5月5日は子どもの日 ケチャップライス やさい 野菜スープ ハンバーグ あおな 青菜のサラダ プチゼリー ミニたい焼き・ビスコ (保:ミニたい焼き)牛乳	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	やきとり丼 やきとり丼 みそ汁 お味噌汁 チーズ フルーツミックス缶 菓子(アスパラガスビスケット) ジョア
8	9	10	11	12	13
わかめごはん みる みそ汁 もちこチキン コールスローサラダ くだもの 果物 米粉のブラウニー 牛乳	ごもく 五目あんかけラーメン こぶちゃ 昆布茶ポテト くだもの 果物 ハニートースト 牛乳	ごはん みる みそ汁 まーぼ とうふ 麻婆豆腐 はるさめ 春雨サラダ くだもの 果物 焼うどん 牛乳	サンドイッチ とうにゅう 豆乳スープ とりにく 鶏肉オーロラソース あ もの キャベツの和え物 ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳 えのきおにぎり 麦茶	なっとう はん のり納豆ご飯 みる みそ汁 ホキフライ こまつな あ もの 小松菜とハムの和え物 くだもの 果物 菓子(原宿ドッグ)牛乳	ごもく 五目チャーハン ぎょうざい ちゅうか 餃子入り中華スープ くだもの かんづめ 果物缶詰 菓子(ラングドシャ)牛乳
15	16	17	18	19	20
ちゅうかどん 中華丼 わかめスープ きりぼしだいこん 切干大根のサラダ くだもの 果物 きなこトースト 牛乳	ごはん みる みそ汁 い レバー入りメンチカツ もやしのナムル くだもの 果物 マッシュマロ玄米フレーク牛乳	トマトチキンカレー ぎゅうにゅう 牛乳 ひじきのサラダ チーズ 鉄分ヨーグルト 菓子(ひなぼん)	ゆかりごはん ぶたじる 豚汁 かぼちゃコロッケ ちゅうか きゅうりの中華サラダ 黒糖蒸しパン 牛乳	ごはん みる みそ汁 こうみや サバの香味焼き にく 肉じゃが くだもの 果物 コーンフレーク 果物 牛乳	ツナトマスバゲティ やさい 野菜スープ チーズ 菓子(とんがりコーン)牛乳
22	23	24	25	26	27
ごはん じる すまし汁 まつかぜや 松風焼き はくさい あ 白菜のおかか和え くだもの 果物 トマコーンピザ 牛乳	にく 肉うどん やさいてん 野菜天ぷら くだもの 果物 ピーナツクリームサンド牛乳	ごはん みる みそ汁 カレイのみぞれがけ い どり 炒り鶏 くだもの 果物 ココアマフィン 牛乳	コッペパン コンソメスープ とうふ 豆腐ナゲット レタスのマリネ ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳 枝豆チーズおにぎり 麦茶	誕生会 ソースかつ丼 ちゅうか 中華スープ キャベツのサラダ かぼちゃクッキー 菓子(こつぶうこ)牛乳(保・はりんこ) きりん (ショートブレッド) 菓子(鈴カステラ)牛乳	とじもく 鶏五目そうめん チーズ くだもの 果物
29	30	31	* 今月の平均栄養量 * 		
ごはん やさい みる 野菜みそ汁 とりにく あまず 鶏肉の甘酢あん そう あ ほうれん草のごま和え くだもの 果物 キャベツとチーズのス ティック春巻き 牛乳	カレーラーメン きなこポテト くだもの 果物 パナナホットケーキ 牛乳	ごはん じる すまし汁 さけ や 鮭のマヨネーズ焼き あつあ だいこん にも 厚揚げと大根の煮物 くだもの 果物 人参マドレーヌ 牛乳			
			未満児 以上児 エネルギー 474cal 560kcal たんぱく質 19.6g 22.9g 脂質エネルギー比 33% 32% 塩分 2.0g 2.4g 		