

こばと保育園(一般)

2023年5月献立表

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | | | | | | | | | | | | |
|-------|---|---------|---|----------|--|----------|--|----------|---|----------|---|----------|-------|-------|-------|---------|---------|-------|-------|-------|----|-------|-------|
| 午前 | 1 | バナナ 牛乳 | 2 | 南瓜ポーロ 牛乳 | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | おせんべい 牛乳 | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 御飯 きのこのあんかけ汁 いんげんの肉巻き 蒸し南瓜 オレンジ | | ミートサンド カレーシチュー キャベツときゅうりのサラダ グレープフルーツ | | 憲法記念日 | | みどりの日 | | こどもの日 | | 焼きそば 青梗菜の中華スープ ちくわのゆかり揚げ バナナ | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | さつま芋のごま団子 牛乳 | | 鶏そぼろおにぎり 牛乳 | | | | | | | | フルーツクリームサンド 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 8 | バナナ 豆乳 | 9 | 南瓜ポーロ 豆乳 | 10 | おせんべい 豆乳 | 11 | 南瓜ポーロ 豆乳 | 12 | ビスケット 豆乳 | 13 | おせんべい 豆乳 | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 豚丼 小松菜となめこの味噌汁 ブロッコリーのおかか和え オレンジ | | 食パン コーンチャウダー タンドリーチキン 切干大根サラダ グレープフルーツ | | 御飯 白菜とえのきの味噌汁 いわしの揚げ煮 ちくわぶ入りうま煮 りんご | | ジャージャー麺 わかめスープ 南瓜のサラダ バナナ | | 御飯 じゃが芋とにらの味噌汁 生揚げ中華風 ほうれん草としらすの磯和え オレンジ | | なすと鶏挽肉丼 玉ねぎと絹さやの味噌汁 キャベツとじゃこのおかか和え バナナ | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | 黒ごまクッキー 豆乳 | | きつねごはん 豆乳 | | ツナマヨパン 豆乳 | | パイナップルゼリー ビスケット 豆乳 | | りんごケーキ 豆乳 | | コーンマヨパン 豆乳 | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 15 | バナナ 牛乳 | 16 | 南瓜ポーロ 牛乳 | 17 | おせんべい 牛乳 | 18 | 南瓜ポーロ 牛乳 | 19 | ビスケット 牛乳 | 20 | おせんべい 牛乳 | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 御飯 きのこのあんかけ汁 いんげんの肉巻き 蒸し南瓜 オレンジ | | ミートサンド カレーシチュー キャベツときゅうりのサラダ グレープフルーツ | | 御飯 高野豆腐とわかめの味噌汁 カジキのコーンマヨ焼き 大根とこんにゃくの炒め煮 スナップエンドウ りんご | | ナポリタン 鶏ひき肉とキャベツのスープ そら豆とささみのサラダ バナナ | | 御飯 芋煮汁 豚肉のお好み揚げ ほうれん草のツナ和え オレンジ | | 焼きそば 青梗菜の中華スープ ちくわのゆかり揚げ バナナ | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | さつま芋のごま団子 牛乳 | | 鶏そぼろおにぎり 牛乳 | | サーターアングギー 牛乳 | | かんぴょう巻き 牛乳 | | じゃこトースト 牛乳 | | フルーツクリームサンド 牛乳 | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 22 | バナナ 豆乳 | 23 | 南瓜ポーロ 豆乳 | 24 | おせんべい 豆乳 | 25 | 南瓜ポーロ 豆乳 | 26 | ビスケット 豆乳 | 27 | おせんべい 豆乳 | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 豚丼 小松菜となめこの味噌汁 ブロッコリーのおかか和え オレンジ | | 食パン コーンチャウダー タンドリーチキン 切干大根サラダ グレープフルーツ | | 御飯 白菜とえのきの味噌汁 いわしの揚げ煮 ちくわぶ入りうま煮 りんご | | ジャージャー麺 わかめスープ 南瓜のサラダ バナナ | | チーズバーガー ミネストローネ 揚げじゃが ひじきのマリネ オレンジ | | なすと鶏挽肉丼 玉ねぎと絹さやの味噌汁 キャベツとじゃこのおかか和え バナナ | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | 黒ごまクッキー 豆乳 | | きつねごはん 豆乳 | | ツナマヨパン 豆乳 | | パイナップルゼリー ビスケット 豆乳 | | スノーボール 豆乳 | | コーンマヨパン 豆乳 | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 29 | バナナ 牛乳 | 30 | 南瓜ポーロ 牛乳 | 31 | おせんべい 牛乳 |  <p>◎材料の都合上献立が変更になる場合があります。 ◎今月のお楽しみ給食は26(金)です。 ◎卵は使用していません。</p> <p>◎今月の平均栄養価</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>3~5歳児</td> <td>1~2歳児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>563kcal</td> <td>489kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>20.9g</td> <td>18.9g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>17.8g</td> <td>16.1g</td> </tr> </table> | | | | | | 3~5歳児 | 1~2歳児 | エネルギー | 563kcal | 489kcal | たんぱく質 | 20.9g | 18.9g | 脂質 | 17.8g | 16.1g |
| | 3~5歳児 | 1~2歳児 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| エネルギー | 563kcal | 489kcal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| たんぱく質 | 20.9g | 18.9g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 脂質 | 17.8g | 16.1g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | ドライカレー えのきともやしのスープ 春野菜サラダ オレンジ | | 食パン 豚肉と青菜のスープ えびマカロニグラタン きゅうりとわかめのツナサラダ グレープフルーツ | | 御飯 大根の味噌汁 鰯の南蛮漬け 小松菜の胡麻和え りんご | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | ツナスパゲティー 牛乳 | | フルーツヨーグルト おせんべい 麦茶 | | チーズスティックパン 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

|

|

|