


5月予定献立表

令和3年度

末広保育園

日	曜	行事予定	10時おやつ	お昼	15時おやつ	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g	体を作る食材	熱や力のもとになる食材	体の調子を整える食材	
1	土		煎餅	パン バナナ ジュース	煎餅	未 以	535 592	13.3 15.3	7.8 9.5	158 133	1.8 2.1	パン	バナナ・ジュース	
2	日													
3	月			憲法記念日										
4	火			みどりの日										
5	水			こどもの日										
6	木		牛乳	ツナカレー カラフルサラダ オレンジ 牛乳	アンパンマン煎餅	未 以	457 538	11.7 13	14.3 16	207 204	2.3 2.9	ツナ・牛乳	じゃが芋	人参・玉ねぎ・にんにく・ブロッコリー・きゅうり コーン・オレンジ
7	金		牛乳	野菜肉みそ わかめサラダ ゼリー 味噌汁	たべっ子ベイビー	未 以	408 477	15.1 17.2	10.9 11.7	126 101	1 1.1	豚ひき肉 油揚げ	ごま油・片栗粉	玉ねぎ・人参・グリーンピース・キャベツ・コーン わかめ・ゼリー・白菜・青ねぎ
8	土		煎餅	パン バナナ ジュース	煎餅	未 以	450 488	10.6 11.7	12.6 15.6	127 99	1.5 1.7	パン	パン	バナナ・ジュース
9	日													
10	月		牛乳	チキンのケチャップソース煮 マカロニサラダ グレープフルーツ 味噌汁	菜めしおにぎり	未 以	467 551	13.7 15.5	10.3 11	100 69	1.1 1.3	鶏肉・ハム	片栗粉・マカロニ マヨネーズ	にんにく・パセリ・人参・きゅうり グレープフルーツ・なめこ・ほうれん草・ごぼう
11	火		牛乳	麻婆豆腐 ナムル バナナ 味噌汁	ミルクトースト 牛乳	未 以	516 613	16.9 19.5	14.1 15.8	233 236	1.8 2.2	豆腐・豚ひき肉	ごま油・片栗粉 さつま芋	玉ねぎ・人参・エリンギ・生姜・にんにく・もやし コーン・ほうれん草・バナナ・にら・えのき
12	水		牛乳	じゃがチーズ 花野菜サラダ オレンジ 味噌汁	プリンマフィン 牛乳	未 以	490 580	16.3 18.8	15.2 17.1	269 282	1.6 1.9	鶏肉・チーズ 厚揚げ	じゃが芋 バター	玉ねぎ・パセリ・ブロッコリー・カリフラワー きゅうり・コーン・オレンジ・わかめ
13	木	身体測定	牛乳	さばの味噌煮 栄養納豆 きゅうりの塩昆布和え 味噌汁	焼きそば	未 以	468 553	20.1 23.5	12.2 13.4	107 79	2 2.4	さば・納豆 豚ひき肉	片栗粉・ごま油	生姜・玉ねぎ・人参・きゅうり・塩昆布・かぼちゃ 小松菜
14	金	避難訓練	牛乳	鶏の唐揚げ 韓国風サラダ パイン 味噌汁	フルーチェ 煎餅	未 以	589 703	13.7 15.4	25.5 30	157 142	1.1 1.3	鶏肉	片栗粉・ごま油	にんにく・生姜・キャベツ・きゅうり・人参・コーン もやし・刻み海苔・パイン・大根・にら
15	土		煎餅	パン バナナ ジュース	煎餅	未 以	437 472	9.4 10.2	9.6 11.9	116 85	1.3 1.5	パン	パン	バナナ・ジュース
16	日													
17	月		牛乳	さんまの甘辛煮 きんぴら グレープフルーツ 味噌汁	さつま芋蒸しパン 牛乳	未 以	560 668	21.1 24.7	21.1 24.6	210 207	1.4 1.7	さんま 鶏ひき肉	片栗粉・ごま油 ごま・麩	生姜・ごぼう・人参・いんげん・グレープフルーツ もずく・チンゲン菜
18	火		牛乳	ミートローフ コールスロー パイン 味噌汁	ジャコチーストースト 牛乳	未 以	550 655	22 25.9	21.8 25.4	253 261	2 2.5	豚鶏ひき肉・卵 牛乳・ツナ・豆腐	パン粉	玉ねぎ・人参・コーン・グリーンピース・キャベツ きゅうり・パイン・しめじ
19	水		牛乳	びっくりソーセイジ煮 かみかみごぼうサラダ 金時豆 味噌汁	フルーツボンチ 豆乳ウエハース	未 以	486 575	11.5 12.7	13.1 14.5	260 270	1.8 2.3	ウイナー さきいか・金時豆	じゃが芋・ごま マヨネーズ	玉ねぎ・キャベツ・人参・にんにく・きゅうり ごぼう・なめこ・わかめ
20	木		牛乳	ドライカレー チーズポテト オレンジ 味噌汁	おいなりさん	未 以	457 539	16.5 19	11.7 12.8	134 113	1.4 1.8	豚ひき肉 チーズ	じゃが芋	ピーマン・玉ねぎ・人参・オレンジ・えのき ほうれん草
21	金	園外保育 うめ組	牛乳	チキンピカタ ひじき煮 もやしとコーンのお浸し 味噌汁	ジャムサンド	未 以	452 533	15.6 17.9	9.3 9.7	123 99	2 2.4	鶏肉・卵・大豆 さつま揚げ	小麦粉 こんにゃく	ひじき・人参・もやし・コーン・キャベツ・にら
22	土		煎餅	パン バナナ ジュース	煎餅	未 以	548 609	14.6 16.9	10.7 13.2	169 147	1.9 2.2	パン	パン	バナナ・ジュース
23	日													
24	月		牛乳	ローストチキン ブロッコリーサラダ オレンジ コーンスープ	きなこ揚げパン	未 以	469 554	15.2 17.4	12.1 13.3	147 128	1.9 2.3	鶏肉・ハム 牛乳		玉ねぎ・生姜・にんにく・ブロッコリー・人参 きゅうり・カリフラワー・オレンジ・コーン
25	火		牛乳	豚肉と玉ねぎ煮 かぼちゃサラダ グレープフルーツ 味噌汁	抹茶あずきマフィン 牛乳	未 以	578 689	21.8 25.6	22 25.7	254 262	1.6 2	豚肉・チーズ	しらたき・ごま マヨネーズ・麩	玉ねぎ・しめじ・ごぼう・いんげん・かぼちゃ コーン・グレープフルーツ・人参・チンゲン菜
26	水		牛乳	豆腐のつくね焼き ツナサラダ パイン 味噌汁	フレンチトースト 牛乳	未 以	461 543	17.9 20.7	10.6 11.4	215 214	1.4 1.7	豆腐・鶏ひき肉 ツナ	パン粉	玉ねぎ・キャベツ・きゅうり・人参・コーン・パイン 大根・大根葉・しめじ
27	木		牛乳	ハヤシライス ポテトサラダ バナナ 牛乳	ゆかりおにぎり	未 以	580 693	14 15.9	16.4 18.7	163 149	2.2 2.7	豚肉・ハム 牛乳	じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ・グリーンピース・マッシュルーム・にんにく 人参・きゅうり・バナナ
28	金		牛乳	ソースカツ 切干大根煮 キャベツの即席漬け 味噌汁	ヨーグルトドリンク ルヴァン	未 以	482 570	16 18.4	15.1 17	211 209	1.7 2.1	豚肉・かつお節 油揚げ	小麦粉・パン粉	切干大根・人参・しいたけ・キャベツ・きゅうり 小松菜・玉ねぎ
29	土		煎餅	パン バナナ ジュース	煎餅	未 以	535 592	13.3 15.3	7.8 9.5	158 133	1.8 2.1	パン	パン	バナナ・ジュース
30	日													
31	月		牛乳	鮭のごまみそ焼き パンサンスー オレンジ 味噌汁	フルーツゼリー 源氏パイ	未 以	404 472	12.5 14	6.4 6.1	248 255	0.9 1.1	鮭・卵 油揚げ	ごま・春雨 ごま油	きゅうり・人参・オレンジ・青ねぎ・もやし



*材料入手の都合により、一部献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

5月予定献立表

令和3年度

末広保育園 離乳食

日	曜	行事予定	主食	お昼	後期	エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	15時おやつ	使用食材
1	土		パンがゆ	バナナ ジュース		120	2	0.1	0.1	ハイハイ	パン・バナナ・ジュース
2	日										
3	月			憲法記念日							
4	火			みどりの日							
5	水			こどもの日							
6	木		おかゆ	味噌汁 しらすと野菜の旨煮 オレンジ	しらす	121	2	0.1	0.1	ウエハース	じゃが芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・オレンジ
7	金		おかゆ	味噌汁 さつまいものそぼろあん	鶏ささみ	122	2.1	0.1	0.1	ビスケット	キャベツ・玉ねぎ・人参・さつまいも
8	土		パンがゆ	バナナ ジュース		121	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	パン・バナナ・ジュース
9	日										
10	月		おかゆ	味噌汁 マカロニのくたくた煮	鶏ささみ	122	2.2	0.1	0.1	おかゆ	ほうれん草・かぼちゃ・マカロニ・人参
11	火		おかゆ	味噌汁 豆腐の旨煮 バナナ	豆腐	123	2.3	0.1	0.1	食パン	さつまいも・玉ねぎ・人参・ほうれん草・バナナ
12	水		おかゆ	味噌汁 しらすのグリーン煮 オレンジ	しらす	121	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	じゃが芋・カリフラワー・ブロッコリー・きゅうり・オレンジ
13	木	身体測定	おかゆ	味噌汁 赤ちゃん納豆	納豆	121	2.1	0.1	0.1	ビスケット	かぼちゃ・人参・玉ねぎ・小松菜
14	金	避難訓練	おかゆ	味噌汁 大根のそぼろ煮	鶏ささみ	122	2.2	0.1	0.1	ウエハース	人参・キャベツ・大根・きゅうり
15	土		パンがゆ	バナナ ジュース		120	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	パン・バナナ・ジュース
16	日										
17	月		おかゆ	味噌汁 たら野菜あんかけ	たら	121	2.1	0.1	0.1	さつまいも煮	ほうれん草・麩・人参・じゃが芋
18	火		おかゆ	味噌汁 キャベツのトロトロ煮	豆腐	123	2.2	0.1	0.1	食パン	人参・玉ねぎ・キャベツ・かぼちゃ
19	水		おかゆ	味噌汁 やわらか肉じゃが	鶏ささみ	121	2.1	0.1	0.1	バナナ	ブロッコリー・キャベツ・じゃが芋・人参
20	木		おかゆ	味噌汁 野菜のしらすあん オレンジ	しらす	122	2.2	0.1	0.1	おかゆ	玉ねぎ・さつまいも・ほうれん草・人参・オレンジ
21	金	園外保育 うめ組	おかゆ	味噌汁 ひじきのやわらか煮	鶏ささみ	123	2.3	0.1	0.1	食パン	キャベツ・ブロッコリー・ひじき・人参
22	土		パンがゆ	バナナ ジュース		121	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	パン・バナナ・ジュース
23	日										
24	月		おかゆ	味噌汁 豆腐のふわふわ煮 オレンジ	豆腐	121	2	0.1	0.1	ウエハース	さつまいも・人参・きゅうり・カリフラワー・オレンジ
25	火		おかゆ	味噌汁 かぼちゃの甘煮	鶏ささみ	122	2.1	0.1	0.1	ハイハイ	人参・麩・かぼちゃ・ほうれん草
26	水		おかゆ	味噌汁 大根のおしょうゆ煮	豆腐	123	2.2	0.1	0.1	食パン	キャベツ・玉ねぎ・大根・人参
27	木		おかゆ	味噌汁 じゃが芋のほっこり煮 バナナ	しらす	122	2.2	0.1	0.1	おかゆ	玉ねぎ・人参・じゃが芋・きゅうり・バナナ
28	金		おかゆ	味噌汁 たら煮付け	たら	121	2.1	0.1	0.1	ビスケット	小松菜・玉ねぎ・人参・キャベツ
29	土		パンがゆ	バナナ ジュース		120	2	0.1	0.1	ハイハイ	パン・バナナ・ジュース
30	日										
31	月		おかゆ	味噌汁 花野菜煮 オレンジ	しらす	121	2	0.1	0.1	バナナ	じゃが芋・人参・ブロッコリー・カリフラワー・オレンジ



*材料入手の都合により、一部献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

