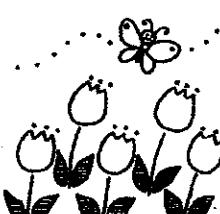
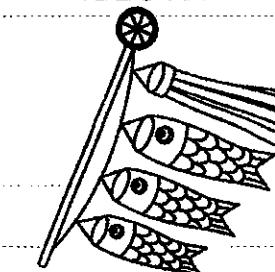
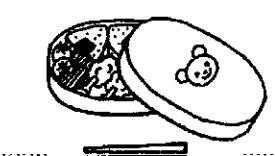


令和05年5月分 給食予定献立表

3歳未満児 アケボノ保育園

月	火	水	木	金	土
1 ご飯	2 ご飯	3 (憲法記念日)	4 (みどりの日)	5 (こどもの日)	6
味噌汁 焼き魚 すき昆布の炒め煮 フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：ジョア ロールパン エネルギー：455Kcal 蛋白質：18.7g 脂質：13.9g 塩分：1.3g	スープ タンドリーチキン グリーンサラダ フルーツ 午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 たいやきせんべい エネルギー：383Kcal 蛋白質：15.3g 脂質：10.2g 塩分：1.3g				ねばねばうどん さつま芋の甘煮 フルーツ 午前：麦茶 ウエハース 午後：牛乳 タルトせんべい エネルギー：574Kcal 蛋白質：15.1g 脂質：12.8g 塩分：1.9g
8 ご飯	9 ご飯	10 ご飯	11 ご飯	12 《お誕生会》	13
味噌汁 白身魚のフライ キャベツのゆかり和え フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 サーター・アンダギー ¹ エネルギー：543Kcal 蛋白質：21.8g 脂質：19.3g 塩分：1.2g	スープ 豆腐ナゲット フレンチサラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 大学いも エネルギー：455Kcal 蛋白質：15.8g 脂質：11.9g 塩分：1.5g	味噌汁 しらす入り卵焼き かぼちゃのそぼろ煮 めかぶ納豆 フルーツ 午前：麦茶 クラッcker 午後：牛乳 マロンパウンドケーキ エネルギー：522Kcal 蛋白質：22.3g 脂質：18.3g 塩分：1.3g	味噌汁 たらの唐揚げ 白菜のツナサラダ フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 ワッフル せんべい エネルギー：475Kcal 蛋白質：17.8g 脂質：14.5g 塩分：2.8g	五目おこわ さつま汁 鶏肉の照り焼き 三色おひたし フルーツ 	カレーランド アスパラとじゃがいものソテー ² フルーツ 午前：牛乳 クッキー ³ 午後：麦茶 大判焼き せんべい エネルギー：568Kcal 蛋白質：17.7g 脂質：17.6g 塩分：2.8g
15 ご飯	16 ご飯	17 ご飯	18 ご飯	19 《春の親子遠足》	20
味噌汁 とんかつ キャベツの塩昆布和え フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：598Kcal 蛋白質：20.4g 脂質：22.1g 塩分：1.2g	スープ 鰯のカレームニエル 添え野菜 フルーツ 午前：牛乳 ウエハース 午後：麦茶 ミートソーススパゲッティ エネルギー：468Kcal 蛋白質：18.3g 脂質：16.1g 塩分：1.7g	味噌汁 揚げ出し豆腐のおろしがけ 五目きんぴら 納豆 フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 チーズパン エネルギー：570Kcal 蛋白質：21.1g 脂質：21.2g 塩分：1.6g	スープ スコッチャイック ポテトサラダ フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 パイサンド エネルギー：472Kcal 蛋白質：17.2g 脂質：20.8g 塩分：1.4g		かに玉そうめん ごぼう入りつくね フルーツ 午前：牛乳 クッキー ⁴ 午後：麦茶 バームクーヘン せんべい エネルギー：493Kcal 蛋白質：14.9g 脂質：11.8g 塩分：1.6g
22 ご飯	23 ご飯	24 ご飯	25 ご飯	26 ご飯	27
味噌汁 さんまのみぞれ煮 切り干し大根煮 おかかぶりかけ フルーツ 午前：麦茶 クラッcker 午後：ジョア 黒ごまクッキー ⁵ エネルギー：568Kcal 蛋白質：19.4g 脂質：20.8g 塩分：1.3g	味噌汁 はんぺんつくね 青菜の納豆和え フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：カルビス シュガーロール エネルギー：502Kcal 蛋白質：16.6g 脂質：16.4g 塩分：1.2g	チキンカレー しゅうまい 海藻サラダ フルーツ 午前：牛乳 ウエハース 午後：麦茶 カクテルゼリー エネルギー：425Kcal 蛋白質：14.6g 脂質：12.6g 塩分：1.3g	味噌汁 鯛の南蛮漬け 小松菜と厚揚げの炒め煮 フルーツ 午前：牛乳 クッキー ⁶ 午後：麦茶 ソフール せんべい エネルギー：508Kcal 蛋白質：21.8g 脂質：15.8g 塩分：1.3g	わかめスープ 油淋鶏 中華サラダ フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 スイートポテトケーキ エネルギー：570Kcal 蛋白質：17.9g 脂質：24.8g 塩分：1.5g	タンメン じゃがいものごま味噌和え フルーツ 午前：牛乳 クラッcker 午後：麦茶 どらやき せんべい エネルギー：471Kcal 蛋白質：13.8g 脂質：7.8g 塩分：1.6g
29 ご飯	30 ご飯	31 ご飯			
味噌汁 かぼちゃコロッケ 大根としらすの炒め煮 ごま塩ぶりかけ フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：麦茶 梅昆布おにぎり エネルギー：420Kcal 蛋白質：14.8g 脂質：6.9g 塩分：1.7g	スープ 鰯のチリソースかけ ブロッコリーとエビのサラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 マドレーヌ エネルギー：540Kcal 蛋白質：19.4g 脂質：20.8g 塩分：1.7g	洋風味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 和風サラダ フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 ホットドッグ エネルギー：557Kcal 蛋白質：23.8g 脂質：18.9g 塩分：2.1g		 たんご 5月5日は“端午の節句”  5月5日のこどもの日には、こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、“ちまき”と“かしわもち”を食べますね。“ちまき”には、ちまきを毒ヘビになぞらえて、それを食べることで免疫力がつき、悪病災難の憂いを除くという意味があります。また“かしわもち”には、カシワの木は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、子孫代々栄えるようにといった願いが込められているのです。子どもの健やかな成長を願う気持ちちは、今も昔も変わらないのです。	



5月 たまご組 後期食 献立予定表



アケボノ保育園

日	曜	昼 食	午後のおやつ
1	月	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、ほうれん草のおひたし	かぼちゃペーストサンド
2	火	おかゆ、スープ、ささみのあんかけ、ブロッコリーサラダ	パンケーキ
3	水	(憲法記念日)	
4	木	(みどりの日)	
5	金	(こどもの日)	
6	土	そうめん汁、さつまいの甘煮	ヨーグルト、白せんべい
8	月	おかゆ、味噌汁、魚のうま煮、キャベツのおひたし	肉入りおじや
9	火	おかゆ、スープ、肉団子のあんかけ、青菜の煮びたし	ふかし芋
10	水	納豆がゆ、味噌汁、豆腐と野菜煮、かぼちゃのそぼろ煮	パンケーキ
11	木	おかゆ、味噌汁、煮魚、白菜のおひたし	そうめん汁
12	金	おかゆ、すまし汁、鶏肉のうま煮、ほうれん草のおひたし	さつまいのペーストサンド
13	土	うどん汁、じゃがいもの煮物	ヨーグルト、白せんべい
15	月	おかゆ、味噌汁、ささみのほぐし煮、ブロッコリーサラダ	ミルクトースト
16	火	おかゆ、スープ、魚のあんかけ、粉ふきいも	うどん汁
17	水	納豆がゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、さつまいの甘煮	魚おじや
18	木	おかゆ、スープ、ハンバーグ風、ポテトサラダ風	蒸しパン
19	金	《親子遠足》	
20	土	そうめん汁、肉団子煮	ヨーグルト、白せんべい
22	月	おかゆ、味噌汁、煮魚、切り干し大根煮	パンケーキ
23	火	おかゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、青菜の納豆和え	かぼちゃペーストサンド
24	水	おかゆ、スープ、鶏肉のほぐし煮、ブロッコリーサラダ	野菜おじや
25	木	おかゆ、味噌汁、魚の野菜あんかけ、小松菜の煮びたし	ヨーグルト、白せんべい
26	金	おかゆ、スープ、ささみのあんかけ、キャベツサラダ	スイートポテト風
27	土	うどん汁、じゃがいもの煮物	パンケーキ
29	月	おかゆ、味噌汁、かぼちゃとひき肉のお焼き、大根としらすの煮物	魚おじや
30	火	おかゆ、スープ、魚のあんかけ、ブロッコリーサラダ	蒸しパン
31	水	おかゆ、味噌汁、鶏肉のうま煮、キャベツのおひたし	ミルクトースト