5 月 予 定 献 立 表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
献立	えびフライ オーロラサラダ キャベツのスープ オレンジ	赤魚の煮付 ごま酢キャベツ すいとん汁 いちご	憲法記念日 	みどりの日 	子供の日 	手作り弁当 牛乳
未満児主食	ごはん	ごはん				
おやつ	ヨーグルトゼリー　煎餅	まんじゅう　牛乳				
	8	9	10	11	12	13
献立	豚肉の柳川もどき 大徳寺和え なすの味噌汁 オレンジ	さばの味噌煮 ブロッコリーサラダ お芋のだんご汁 いちご	酢豚 もやしのナムル にらたま汁 バナナ	ツナとチーズの卵焼き ひじきのごま和え じゃが芋と キャベツの味噌汁 オレンジ	つくねの焼き カリフラワーサラダ 小松菜と油揚げ の味噌汁 ミニトマト	厚揚げの甘辛煮 さつま芋サラダ 牛乳 キウイフルーツ
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	しらすごはん	ごはん かきたま汁
おやつ	ピザポテト　牛乳	アメリカンドッグ　牛乳	フレンチトースト　牛乳	くるみゆべし　牛乳	小倉白玉　牛乳	
	15	16	17	18	19	20
献立	ローストチキン きんぴらごぼう 煮込みうどん いちご	あぶたま 若布の酢の物 肉団子スープ バナナ	マカロニグラタン シーフードサラダ 凍豆腐の味噌汁 ミニトマト	鶏真薯 ほうれん草と コーンのサラダ じゃが芋と青菜の味噌汁 バナナ	ちくわの二色揚げ 大根サラダ もやしの味噌汁 オレンジ	五目納豆 コーンサラダ 牛乳 グレープフルーツ
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	卵ごはん	ごはん	納豆ごはん かぶの味噌汁
おやつ	バナナケーキ　牛乳	お好み焼き　牛乳	豆腐のごまだれ団子　牛乳	プチパン　牛乳	パンナコッタ　煎餅	
	22	23	24	25	26	27
献立	ポークソテー アスパラサラダ ベーコンスープ バナナ	小魚と大豆の炒り煮 利休和え 南瓜甘煮 いちご	コロッケ りんごサラダ 吉野汁 ミニトマト	お誕生会 五目ふかし 焼きいか 胡瓜もみ 若竹スープ　いちご	八宝菜 胡瓜と春雨の和物 若布の味噌汁 オレンジ	鶏ごま スパゲティソテー ブロッコリー和え物 牛乳 グレープフルーツ
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	五目ごはん	ごはん	ごはん コーンスープ
おやつ	かまもち　牛乳	芋かりんとう　牛乳	杏仁豆腐　煎餅	ケーキ　牛乳	クッキー　牛乳	
	29	30	31			
献立	パインとハムのステーキ にらと挽肉の卵とじ けんちん汁 オレンジ	スコッチエック イカと若布の酢味噌和え きのこスープ いちご	豆腐とホタテの炒め物 もやしの中華和え ラーメン入りかきたま汁 グレープフルーツ			
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん			
おやつ	二色団子　牛乳	豆乳ババロア　煎餅	チーズパン　牛乳			

＊三角食べにトライ＊

ごはん、おかず、汁物を少しずつ順番に食べていくと、箸の動きが調度、三角形になるので、このように呼ばれています。

三角食べは口の中で、ごはんをおかずや汁物と一緒に食べる「口中調味」を楽しめ、味覚が育つ面も注目されてます。

以上児は家庭から持参するご飯栄養量は含まれていません。

栄養給与目標（以上児）

エネルギー‥428kcal
たんぱく質‥18，8g
脂質‥‥‥‥17，4g

栄養給与目標（未満児）

エネルギー‥549kcal
たんぱく質‥18，8g
脂質‥‥‥‥17，4g