



| 01日(月) | 02日(火) | 03日(水) | 04日(木) | 05日(金) | 06日(土) |
|--|--|--|---|--|---|
| 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | | | | 牛乳 お菓子 |
| 混ぜ込みチャーハン 小松菜とシラスのナムル 春雨スープ フルーツ(りんご) | ご飯 白身魚の磯辺揚げ 大豆とひじきの煮物 大根の味噌汁 フルーツ(オレンジ) | お休み | お休み | こどもの日 | ご飯 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の煮物 わかめのすまし汁 |
| 牛乳 野菜蒸しパン | 牛乳 フルーチェ(いちご) | | | | 牛乳 お菓子 |
| 08日(月) | 09日(火) | 10日(水) | 11日(木) | 12日(金) | 13日(土) |
| 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 フルーツ(バナナ) | 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 |
| ロールパン ビーフシチュー ほうれん草のソテー フルーツ(オレンジ) | ご飯 カレーの煮付 スパゲティサラダ もやしの味噌汁 フルーツ(りんご) | ご飯 鶏肉の甘辛炒め いんげんの胡麻和え マカロニスープ | ツナとひじきの混ぜご飯 金平ごぼう ほうれん草の味噌汁 フルーツ(いちご) | 醤油ラーメン 切干大根のマヨサラダ フルーツ(りんご) | 豚丼 里芋のそぼろあん 花麩のすまし汁 フルーツ(バナナ) |
| お茶 きつねおにぎり | 牛乳 ポテトフライ | 牛乳 お菓子 | 牛乳 みかんゼリー | お茶 ご飯のおやき | 牛乳 お菓子 |
| 15日(月) | 16日(火) | 17日(水) | 18日(木) | 19日(金) | 20日(土) |
| 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 フルーツ(バナナ) | 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 |
| ご飯 ポークビーンズ 小松菜のごま和え キャベツのスープ | ご飯 サワラのごま味噌焼き 大根とちくわの煮物 白菜のすまし汁 フルーツ(バナナ) | ご飯 タンドリーチキン きゅうりと大根の酢の物 小松菜のすまし汁 | ご飯 厚揚げの炒め物 キャベツとじゃこのサラダ 大根の味噌汁 フルーツ(オレンジ) | 野菜煮込みうどん 炒り豆腐 フルーツ(りんご) | 麻婆豆腐丼 ほうれん草のおかか和え 人参とわかめの中華スープ フルーツ(バナナ) |
| 牛乳 あんこパイ | 牛乳 ポップコーン | 牛乳 お菓子 めろんぐみさん 型抜きクッキーづくり | 牛乳 ピザパン | お茶 ちりめんじゃこのおにぎり | 牛乳 お菓子 |
| 22日(月) | 23日(火) | 24日(水) | 25日(木) | 26日(金) | 27日(土) |
| 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 フルーツ(バナナ) | 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 |
| ご飯 鶏肉のみそマヨ焼き じゃが芋の煮物 ほうれん草のすまし汁 フルーツ(オレンジ) | ご飯 鯖のカレームニエル キャベツとウインナーのソテー 白菜とえのきの味噌汁 フルーツ(りんご) | ご飯 照り焼きハンバーグ ひじきとごぼうのサラダ 大根のスープ フルーツ(オレンジ) | ご飯 かぼちゃコロッケ 春雨の中華和え 豆腐の味噌汁 | ミートソーススパゲティ 白菜サラダ 小松菜のスープ フルーツ(バナナ) | ご飯 肉じゃが チンゲン菜のごま和え 麩のすまし汁 |
| 牛乳 チヂミ | 牛乳 ツナサンド | 牛乳 お菓子 | 牛乳 りんごケーキ | お茶 焼きもちおにぎり | 牛乳 お菓子 みかんぐみさん 親子で型抜きクッキーづくり |
| 29日(月) | 30日(火) | 31日(水) | | | |
| 牛乳 お菓子 | 牛乳 お菓子 | 牛乳 フルーツ(バナナ) | | | |
| キーマライス 花野菜サラダ ごぼうの味噌汁 フルーツ(りんご) | ご飯 さけの和風マヨ焼き 切干大根の炒め煮 えのきのすまし汁 フルーツ(オレンジ) | 中華丼 ほうれん草ともやしのナムル わかめの中華スープ | | | |
| 牛乳 カルピスゼリー | 牛乳 麩のラスク | 牛乳 お菓子 | | | |

| | (1~2歳児) | | (3~5歳児) | |
|-------|---------|---------|----------|----------|
| | 乳児摂取量 | 乳児目標量 | 幼児摂取量 | 幼児目標量 |
| エネルギー | 548kcal | 485kcal | 580 kcal | 585 kcal |
| タンパク質 | 19.5g | 18g | 21.8g | 23g |
| 脂質 | 17.5g | 13g | 17.3g | 20g |
| カルシウム | 292mg | 210mg | 258mg | 250mg |



・ 完了期は刻んで提供しております。 ・ 乳児・幼児摂取量は、5月分の平均摂取量を示しています。 ・ 栄養価は3時のおやつも含まれています。 ・ 仕入れ状況により材料が変更になる場合があります。

マヨネーズ、お菓子、加工品は卵不使用のものを使用しております。