



こんだてひょう

		1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)				
朝		牛乳 バナナ		牛乳 お菓子								
昼	(1~2歳児) 乳児摂取量 乳児目標量 エネルギー 502kcal 485kcal タンパク質 18g 18g 脂質 17.5g 13g カルシウム 251mg 210mg (3~5歳児) 幼児摂取量 幼児目標量 エネルギー 533kcal 576 kcal タンパク質 20.5g 23g 脂質 17.2g 16.6g カルシウム 222mg 258mg		ご飯 たらのカレー揚げ 切干大根の炒め煮 たまねぎの味噌汁 フルーツ(オレンジ)		肉うどん さつまいものサラダ フルーツ(りんご)							
間	牛乳 お菓子		お茶 ちりめんじゃこのおにぎり									
6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)		
朝	牛乳 お菓子		牛乳 バナナ		牛乳 お菓子		牛乳 お菓子		牛乳 お菓子			
昼	カレーライス れんこんのサラダ フルーツ(オレンジ)		ご飯 カレイの煮付 じゃがコーン えのきのすまし汁		ご飯 鶏肉と野菜の甘酢炒め 大豆とひじきの煮物 もやしの中華スープ フルーツ(バナナ)		栄養ラーメン 豆腐チャンプルー フルーツ(りんご)		豚丼 もやしとピーマンの胡麻酢和え 大根の味噌汁			
間	牛乳 野菜蒸しパン		牛乳 お菓子		牛乳 マカロニきな粉		お茶 おほかおにぎり		牛乳 お菓子			
13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)		
朝	牛乳 お菓子		牛乳 お菓子		牛乳 バナナ		牛乳 お菓子		牛乳 お菓子			
昼	ロールパン クリームシチュー ブロッコリーのツナ和え フルーツ(オレンジ)		ご飯 さわらの西京焼き キャベツとパプリカのサラダ 白菜のすまし汁 フルーツ(バナナ)		ご飯 豚肉の甘辛炒め ほうれん草の白和え 麩の味噌汁		ご飯 タンドリーチキン 大根とちくわの煮物 カリフラワーのスープ フルーツ(りんご)		きつねうどん かぼちゃのサラダ フルーツ(バナナ)		中華丼 小松菜の胡麻和え 春雨の中華スープ	
間	お茶 塩昆布おにぎり		牛乳 苺ババロア		牛乳 お菓子		牛乳 人参ケーキ		お茶 牛しぐれおにぎり		牛乳 お菓子	
20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)		
朝	牛乳 お菓子		牛乳 お菓子		牛乳 バナナ		牛乳 お菓子		牛乳 お菓子			
昼	ご飯 ハンバーグ ほうれん草のソテー マカロニスープ		ご飯 鯖の照り焼き ブロッコリーとささみの中華和え 豆腐の中華スープ フルーツ(オレンジ)		ご飯 鶏の味噌マヨ焼き 切干大根の酢の物 ほうれん草のすまし汁 フルーツ(りんご)		ケチャップライス マカロニサラダ 小松菜のスープ フルーツ(バナナ)		ちゃんぽん麺 里芋の煮物 フルーツ(りんご)		ご飯 チンジャオロース チンゲン菜のナムル 茄子の味噌汁	
間	牛乳 ココア蒸しパン		牛乳 麩のラスク		牛乳 お菓子		牛乳 揚げパン(きな粉)		お茶 ツナとわかめのおにぎり		牛乳 お菓子	
27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)				
朝	牛乳 お菓子		牛乳 お菓子		牛乳 バナナ		牛乳 お菓子		牛乳 お菓子			
昼	ご飯 鶏肉のバーベキューソース焼き 春雨サラダ 花麩のすまし汁 フルーツ(オレンジ)		ツナとひじきの混ぜご飯 じゃがいものそぼろ煮 キャベツの味噌汁 フルーツ(バナナ)		ご飯 厚揚げの炒め物 ほうれん草のお浸し ワカメの中華スープ		ご飯 たらひの胡麻みそ焼き 高野の煮物 大根のすまし汁 フルーツ(りんご)		ナポリタン 白菜サラダ ブロッコリーのスープ フルーツ(バナナ)			
間	牛乳 ライスクリスピーのおこし		牛乳 カルピスゼリー		牛乳 お菓子		牛乳 ポテトフライ		お茶 ひじきのおにぎり			

- 完了期は刻んで提供しております。
- 栄養価は3時のおやつも含まれています。
- 乳児・幼児摂取量は、5月分の平均摂取量を示しています。
- 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。