



5月 献立予定表



ベビーからーれ
令和4年5月

日・曜日	午前おやつ	昼食			午後おやつ	
		主食	おかず	材料	献立名	材料
こどもの日メニュー						
2	- 月	おせんべい	こいのぼりごはん	ハッシュドポーク キャベツとツナサラダ トマトのスープ・フルーツ	精白米、豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ツナ、トマト、フルーツ	かしわもち風 さつまいも、片栗粉、こしあん
6	- 金	クッキー	おからパン	鶏のトマトチーズ煮 新じゃがマッシュポテト キャベツと新玉ねぎのスープ フルーツ	パン、鶏肉、たまねぎ、トマト、ピーマン、しめじ、チーズ、じゃがいも、牛乳、キャベツ、フルーツ	ごま昆布おにぎり 精白米、ごま、塩昆布
7	21 土	ビスケット	焼きそば	ほうれん草のごま和え もやしスープ フルーツ	中華めん、キャベツ、豚肉、にんじん、たまねぎ、もやし、ほうれんそう、にんじん、ごま、ねぎ、フルーツ	焼きおにぎり 精白米
9	23 月	ウエハース	納豆ごはん	鮭の塩焼き きんぴら わかめのお味噌汁・フルーツ	精白米、納豆、さけ、にんじん、ごぼう、れんこん、ねぎ、わかめ、フルーツ	バナナ蒸しパン ホットケーキミックス、バナナ、牛乳
10	24 火	おせんべい	ごはん	肉じゃが ピーマンとツナの炒め物 えのきのお味噌汁・フルーツ	精白米、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ツナ、えのき、ねぎ、フルーツ	フルーツヨーグルト ヨーグルト、コーンフレーク、バナナ
11	25 水	クッキー	ミートソース スパゲッティ	コールスロー ほうれん草のスープ フルーツ	スパゲティ、豚ひき肉、しめじ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、キャベツ、きゅうり、コーン、マヨネーズ、ほうれんそう、フルーツ	ピザトースト パン、HAM、たまねぎ、ピーマン、コーン、チーズ
12	26 木	ビスケット	ごはん	豚肉とキャベツのみそ煮 小松菜の海苔和え ふのすまし汁・フルーツ	精白米、豚肉、しょうが、ねぎ、キャベツ、ピーマン、こまつな、しらす、のり、ごま、ねぎ、しいたけ、ふ、フルーツ	マカロニきな粉 マカロニ、きな粉
13	27 金	ウエハース	食パン	かじきのバター醤油ソテー ほうれんそうサラダ 新じゃがスープ・フルーツ	パン、かじき、ほうれんそう、にんじん、マヨネーズ、たまねぎ、じゃがいも、フルーツ	チーズおかかおにぎり 精白米、かつお節、チーズ
14	28 土	おせんべい	五目うどん	キャベツのおかかマヨ和え フルーツ	うどん、ねぎ、しいたけ、にんじん、さといも、豚肉、油揚げ、キャベツ、マヨネーズ、かつお節、フルーツ	蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳
16	- 月	クッキー	コーンライス	チキンとブロッコリーのクリーム煮 キャベツのゆかり和え 大根のお味噌汁・フルーツ	精白米、コーン、ブロッコリー、とり肉、たまねぎ、牛乳、キャベツ、にんじん、フルーツ	マシュマロ玄米フレーク マシュマロ、玄米フレーク
17	31 火	ビスケット	ひじきごはん	高野豆腐のそぼろあんかけ キャベツのゆかり和え 大根のお味噌汁・フルーツ	精白米、ひじき、にんじん、ツナ、高野豆腐、とりひき肉、キャベツ、にんじん、ゆかり、大根、ねぎ、フルーツ	新じゃがポテト じゃがいも、青のり
18	- 水	ウエハース	三色丼	かぼちゃ煮 豆腐とわかめの味噌汁 フルーツ	精白米、とりひき肉、鮭、ほうれんそう、かぼちゃ、豆腐、わかめ、フルーツ	チーズ蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、チーズ
19	- 木	おせんべい	ごはん	チキンカレー チーズサラダ えのきスープ・フルーツ	精白米、鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、チーズ、マヨネーズ、えのき、フルーツ	フルーツゼリー オレンジジュース、みかん缶、寒天
20	- 金	クッキー	お弁当の日	お弁当の *清潔なお弁当箱を使いましょう 食中毒 *熱いご飯やおかずは、冷まして詰めましょう 予防の *生ものや水分の多いものは避けましょう ポイント *ハムやかまぼこなど冷蔵品のものは加熱しましょう		きなこボール (オープン使用) ホットケーキミックス、きな粉、牛乳
おたのしみかい おたんじょうびかい 30日(月)		ウエハース	パン	ささみカツ マカロニサラダ コーンスープ・フルーツ	パン、とりささみ、たまご、マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン、マヨネーズ、牛乳、フルーツ	オレンジケーキ ホットケーキミックス、オレンジ

今月の平均エネルギー供給量

- ・エネルギー 452 kcal
- ・タンパク質 17.8 g

【飲み物について】

朝おやつ、給食、午後おやつのうち、1回を牛乳、2回を麦茶で提供します。

今月のフルーツ(予定)

柑橘類、バナナ など

※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

