

5月給食献立予定表「幼児食」

5月食育目標 ～季節の食材の味や舌触りを楽しもう～

鴨島ひかり乳幼児保育園

※都合により献立を変更することがあります。

2024年5月

日	曜	行事予定	献立	材料名	おやつ	エネルギー
					9:00	タンパク質
1	水	園開放	ヨーグルト ご飯 魚の味噌煮 アスパラソテー すまし汁 オレンジ	米 鯖 アスパラガス 玉ねぎ 人参 ハム 絹豆腐 きゃべつ 生しいたけ ねぎ	バナスタック 牛乳	416kcal 18.1g
2	木		バナナ 牛乳 ご飯 鶏の甘辛煮 白菜の甘酢和え 味噌汁 りんご	米 鶏もも肉 白菜 きゅうり 人参 じゃがいも 玉ねぎ にんじん ねぎ	ジャムサンド 牛乳	457kcal 16.1g
3	金		憲法記念日			
4	土		みどりの日			
5	日		こどもの日			
6	月		振替休日			
7	火	合同礼拝	バナナ 牛乳 ご飯 タンドリーフィッシュ 春雨サラダ 味噌汁 オレンジ	米 鯖 カレールー ヨーグルト ケチャップ 春雨 人参 きゅうり ハム かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ	ホットケーキ 牛乳	458kcal 17.6g
8	水		ヨーグルト ご飯 すき焼き風煮 きゅうりの和え物 りんご	米 牛肉 白菜 玉ねぎ 人参 生しいたけ 木綿豆腐 おつゆ麩 ねぎ きゅうり ひじき 人参	昆布のおにぎり 牛乳	440kcal 16.0g
9	木		バナナ 牛乳 お魚3色ごはん 切干大根の煮物 味噌汁 オレンジ	米 鮭 しらす 味付け刻み海苔 切干大根 人参 生しいたけ 玉ねぎ さつま芋 ねぎ	小松菜のケーキ 牛乳	486kcal 21.8g
10	金		ビスケット 牛乳 ご飯 鶏肉の照り焼き ひじきの炒め煮 味噌汁 りんご	米 鶏もも肉 ひじき 人参 大豆(煮) 生しいたけ ほうれん草 じゃが芋 油揚げ	豆乳寒天、せんべい 牛乳	455kcal 17.0g
11	土		バナナ 牛乳 野菜あんかけご飯 じゃが芋の煮物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 小松菜 じゃが芋 人参 豆腐 キャベツ ねぎ	野菜おじや 牛乳	498kcal 18.8g
12	日					
13	月	歯科検診	ヨーグルト ご飯 魚のムニエル さつま芋サラダ 味噌汁 オレンジ	米 鯖 小麦粉 バター さつま芋 人参 きゅうり コーン缶 マヨネーズ 絹豆腐 わかめ ねぎ	もちもちパン 牛乳	459kcal 19.0g
14	火	諸費集金	バナナ 牛乳 チキンカレー トマトサラダ オレンジ	米 鶏もも肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ カレールー トマト きゅうり ひじき コーン缶	お好み焼き 牛乳	471kcal 15.9g
15	水	遊びに 来ませんか	ヨーグルト ご飯 鮭のフライ きゃべつの甘酢和え 味噌汁 りんご	米 鮭 小麦粉 卵 パン粉 油 ケチャップ きゃべつ 人参 ハム 酢 さつま芋 人参 小松菜	コーンフレーク 牛乳	455kcal 18.0g
16	木	身体計測	バナナ 牛乳 ご飯 肉じゃが 白菜の和え物 味噌汁 オレンジ	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 生しいたけ 白菜 きゅうり 人参 おつゆ麩 ねぎ	きな粉おにぎり 牛乳	468kcal 18.5g
17	金		ビスケット 牛乳 ご飯 魚の生姜煮 かぼちゃのチーズ焼き 味噌汁 りんご	米 鯖 生姜 かぼちゃ チーズ ケチャップ ほうれん草 人参 油揚げ	マドレーヌ 牛乳	518kcal 18.2g
18	土	保護者会総会 保護者役員会 給食参観	バナナ 牛乳 【給食参観】ご飯 豚肉の玉ねぎおろし焼き きゃべつのフレンチドレッシング和え 豆乳味噌汁 オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ きゃべつ 人参 コーン缶 じゃが芋 小松菜 人参 豆乳	洋風おじや 牛乳	459kcal 17.1g
19	日					
20	月		ヨーグルト ご飯 鮭の煮付け ジャーマンポテト トマトと卵のスープ りんご	米 鮭 じゃが芋 人参 玉ねぎ ピーマン ベーコン トマト 玉ねぎ チンゲン菜	スイートポテト 牛乳	420kcal 18.1g
21	火	合同礼拝	バナナ 牛乳 ご飯 ミートスパゲティ きゃべつのサラダ すまし汁 オレンジ	米 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン スパゲティ トマトホール缶 ケチャップ きゃべつ 人参 コーン缶 わかめ 絹豆腐 ねぎ	チーズ蒸しパン 牛乳	484kcal 18.4g
22	水	誕生会	ヨーグルト 【誕生会】鯉のぼりライス 鶏のマーマレード焼き ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 オレンジ	米 玉ねぎ 人参 ケチャップ 鶏肉 マーマレード ブロッコリー 人参 ツナ缶 白菜 生しいたけ 細ねぎ	誕生ケーキ 牛乳	436kcal 17.3g
23	木	避難訓練	バナナ 牛乳 マーボー丼 白菜の甘酢和え すまし汁 りんご	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 絹豆腐 ねぎ 白菜 人参 きゅうり わかめ 大根 ねぎ	マカロニきな粉 牛乳	444kcal 17.3g
24	金		ビスケット 牛乳 ご飯 白身魚の天ぷら 小松菜の白和え 味噌汁 りんご	米 鯛 小麦粉 青のり 油 小松菜 人参 木綿豆腐 すりごま かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ	人参おにぎり 牛乳	496kcal 18.2g
25	土		バナナ 牛乳 親子丼 ほうれん草の和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉 卵 玉ねぎ 生しいたけ ねぎ ほうれん草 人参 焼き海苔 絹豆腐 ねぎ	野菜おじや 牛乳	465kcal 17.0g
26	日					
27	月		ヨーグルト ご飯 魚のマヨネーズ焼き かぼちゃの煮物 味噌汁 りんご	米 鮭 玉ねぎ 人参 ピーマン マヨネーズ かぼちゃ 絹豆腐 しめじ わかめ ねぎ	煮込みうどん 牛乳	449kcal 19.2g
28	火		バナナ 牛乳 ご飯 クリームシチュー ブロッコリーサラダ オレンジ	米 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ クリームシチュー ブロッコリー 人参 コーン缶	バターロール 牛乳	500kcal 18.1g
29	水		ヨーグルト 炊き込みご飯 魚の幽庵焼き 白菜の煮浸し 味噌汁 りんご	米 ひじき 人参 生しいたけ ゆず 鯖 白菜 人参 厚揚げ ほうれん草 えのき	アップル風船 ドーナツ 牛乳	481kcal 20.4g
30	木		バナナ 牛乳 ご飯 洋風玉子焼き 小松菜のツナ和え 味噌汁 オレンジ	米 ベーコン じゃが芋 玉ねぎ 卵 小松菜 人参 ツナ缶 茄子 大根 油揚げ ねぎ	しらすと青のりの おにぎり 牛乳	479kcal 16.6g
31	金		ビスケット 牛乳 ご飯 魚のみぞれ煮 ほうれん草の白和え 味噌汁 りんご	米 鯖 大根 ほうれん草 人参 木綿豆腐 さつま芋 玉ねぎ えのき ねぎ	豆乳プリン、せんべい 牛乳	495kcal 17.4g