



# 5月の予定献立表



令和4年度

育暎保育園

日	曜	乳児 午前のおやつ	昼食の献立	午後のおやつ	熱量 幼児 〈乳児〉	主に使う食品
2	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(わかめ・なめこ・しめじ) 鶏肉のつけ焼 小松菜のおかか和え バナナ	牛乳 お菓子	520 〈377〉	鶏肉 小松菜 玉葱 人参 なめこ
6	金	麦茶 ヨーグルト	麦飯 スープ(小松菜・コーン・キャベツ) キーマカレー ブロッコリーサラダ パイナップル	牛乳 お菓子	632 〈474〉	豚肉 玉葱 人参 ブロッコリー
7	土	麦茶 ヨーグルト	ナポリタン スープ(小松菜・キャベツ)	牛乳 おやつパン	550 〈409〉	玉葱 人参 ピーマン ハム 小松菜
9	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(玉葱・豆腐) 豚肉とキャベツのみそ炒め 根菜金平 いんげんのごま和え	牛乳 フライドポテト	687 〈557〉	豚肉 キャベツ 人参 れんこん 玉葱
10	火	牛乳 バナナ	ご飯 春雨スープ チンジャオロース こんにゃくとさつま揚げの含め煮 きゅうりの中華風	牛乳 ラスク	553 〈487〉	豚肉 たけのこ ピーマン 人参
11	水	麦茶 ヨーグルト	バターロール 野菜スープ(玉葱・いんげん・ベーコン) サーモンフライ 粉ふき芋 フレンチサラダ	牛乳 かやくご飯	619 〈467〉	鮭 じゃが芋 人参 キャベツ いんげん
12	木	牛乳 ビスコ	ご飯 みそ汁(小松菜・玉葱) 鶏肉のねぎソース 切干大根の煮物 ひじきと枝豆のサラダ	牛乳 いちごジャムマーガリンサンド	596 〈514〉	鶏肉 枝豆 ひじき 人参 玉葱
13	金	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(キャベツ・玉葱・油揚げ) スタミナ炒め さつま芋のレモン煮 ほうれん草ときのこのお浸し	牛乳 お菓子	622 〈522〉	豚肉 さつま芋 ほうれん草 しめじ
14	土	麦茶 ヨーグルト	五目うどん オレンジ	牛乳 おやつパン	536 〈402〉	豚肉 ほうれん草 人参 油揚げ
16	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(なめこ・豆腐・長葱) カレイの西京焼き 南瓜の煮物 キャベツの海苔和え	牛乳 揚げパンシュガー	593 〈427〉	カレイ 南瓜 キャベツ 豆腐 なめこ
17	火	牛乳 グレープフルーツ	ゆかりご飯 みそ汁(小松菜・玉葱) 炒り豆腐 きんぴらごぼう きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 お菓子	553 〈463〉	豚肉 豆腐 ごぼう 人参 いんげん
18	水	麦茶 ヨーグルト	ピラフ ミネストローネ 鶏のから揚げ ポテトサラダ 清美オレンジ	りんごジュース お誕生日おやつ	659 〈484〉	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 大根
19	木	牛乳 オレンジ	レーズンパン スープ(キャベツ・人参・もやし) ハンバーグ ほうれん草とコーンのソテー スパゲティサラダ	牛乳 わかめおにぎり	624 〈536〉	豚肉 玉葱 人参 ピーマン ほうれん草
20	金	牛乳 ウエハース	麦飯 スープ(小松菜・コーン・キャベツ) キーマカレー ブロッコリーサラダ パイナップル	牛乳 カルピスゼリーボンチ	582 〈509〉	鶏肉 小松菜 玉葱 人参 なめこ
21	土	麦茶 ヨーグルト	しょうゆラーメン バナナ	牛乳 おやつパン	531 〈402〉	豚肉 もやし 玉葱 人参 にら
23	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(玉葱・豆腐) 豚肉とキャベツのみそ炒め 根菜金平 いんげんのごま和え	牛乳 クラッカーサンド(ブルーベリー)	614 〈483〉	豚肉 キャベツ 人参 れんこん 玉葱
24	火	牛乳 バナナ	ご飯 春雨スープ チンジャオロース こんにゃくとさつま揚げの含め煮 きゅうりの中華風	牛乳 セサミトースト	607 〈518〉	豚肉 たけのこ ピーマン 人参
25	水	麦茶 ヨーグルト	バターロール 野菜スープ(玉葱・いんげん・ベーコン) サーモンフライ 粉ふき芋 フレンチサラダ	牛乳 マカロニナポリタン	520 〈379〉	鮭 じゃが芋 人参 キャベツ いんげん
26	木	牛乳 オレンジ	ご飯 みそ汁(小松菜・玉葱) 鶏肉のねぎソース 切干大根の煮物 ひじきと枝豆のサラダ	牛乳 おやつパン	570 〈477〉	鶏肉 枝豆 ひじき 人参 玉葱
27	金	牛乳 ビスコ	ご飯 みそ汁(キャベツ・玉葱・油揚げ) スタミナ炒め さつま芋のレモン煮 ほうれん草ときのこのお浸し	牛乳 お菓子	663 〈583〉	豚肉 さつま芋 ほうれん草 しめじ
28	土	麦茶 ヨーグルト	ミートソーススパゲティ スープ(キャベツ・コーン)	牛乳 おやつパン	572 〈428〉	豚肉 玉葱 人参 ピーマン しめじ
30	月	麦茶 ヨーグルト	ご飯 みそ汁(なめこ・豆腐・長葱) カレイの西京焼き 南瓜の煮物 キャベツの海苔和え	牛乳 焼きうどん	579 〈441〉	カレイ 南瓜 キャベツ 豆腐 なめこ
31	火	牛乳 グレープフルーツ	ゆかりご飯 みそ汁(小松菜・玉葱) 炒り豆腐 きんぴらごぼう きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 きな粉クッキー	637 〈520〉	豚肉 豆腐 ごぼう 人参 いんげん

※満1歳でごま、卵、牛乳を開始します

※献立は食材の都合により変更する場合がありますのでご了承ください

