

# 2024年 5月の給食予定献立表 (3才未満児)

なんでもたべて げんきに あそぼうね!

さくらんぼ保育園

曜日	日	こんだてめい	赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	白のなかま	エネルギー 蛋白質脂質糖分
			血や肉になる	力や体温になる	体の調子を整える	調味料・その他	
月	13	はるやさいのキーマカレー	豚挽肉	じゃがいも	人参 玉葱 アスパラガス グリンピース トマト缶	カレールウ ケチャップ	528kcal
	27	きゃべつのしらすあえ あまなつ	しらす干し		キャベツ きゅうり 甘夏	しょうゆ	18.7g
		午前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ ぎゅうにゅう ドーナツ	牛乳	おかし		B.P	14.3g
火	14	まーぼーどうふ	豚挽肉 木綿豆腐 味噌	三温糖 片栗粉 なたね油 白すりごま	人参 長ねぎ 乾椎茸	しょうゆ	477kcal
	28	ほうれんそうのおかかあえ	かつお節		ほうれん草	しょうゆ	19.7g
		午前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ ヨーグルト りんご おかし いりざかな	牛乳	おかし	玉葱 えのき茸 チンゲン菜	昆布 鯉節 ワカメ 塩	15.5g
水	1	サワラのごまみそやき	サワラ 味噌	三温糖 白いりごま	トマト きゅうり	酢 塩	460kcal
	15	トマトときゅうりのサラダ	味噌	三温糖	キャベツ 人参 玉葱 しめじ	昆布 煮干し ワカメ	21.2g
		29	キャベツのみそしる	牛乳	おかし		11.7g 1.9g
木	2	にくじゃが	豚肉	じゃがいも 三温糖	人参 玉葱	しょうゆ	465kcal
	16	こまつなのなっとうあえ	納豆 かつお節		小松菜	しょうゆ	19.1g
		30	わかたけスープ	絹豆腐		筍 えのき茸 さやえんどう	昆布 鯉節 しょうゆ ワカメ
金	3	めかじぎのにつけ	メカジキ	三温糖	人参 キャベツ アスパラガス	しょうゆ	444kcal
	17	はるやさいのいためもの	無添加ベーコン	三温糖 油	しめじ 玉葱 小松菜	塩	21.0g
		31	じゃがいものみそしる	味噌	じゃがいも		昆布 煮干し
土	4	しよくばん きゅうにゅう	牛乳	食パン	人参 玉葱	しょうゆ	446kcal
	18	とりにくのあまからいため	鶏肉	三温糖 油	きゅうり キャベツ コーン缶	酢 マヨドレ 塩	18.9g
		22	やさいのマヨサラダ くだもの	牛乳	おかし		20.1g
月	6	さばのみそに	サバ 味噌	三温糖	人参 キャベツ きゅうり	酢 塩	475kcal
	20	やさいのあますあえ	無添加ベーコン	三温糖	玉葱 かぶ かぶの葉 えのき茸	昆布 鯉節 塩	21.5g
		24	かぶのスープ	牛乳	おかし	甘夏	12.3g
火	7	7日：こいのぼりごはん 21日：まぜごはん	鶏挽肉	米 三温糖	人参 乾椎茸 ほうれん草	しょうゆ	412kcal
	21	たけのこのとさに	かつお節	三温糖	筍	しょうゆ	16.6g
		25	とうふのみそしる	絹豆腐 味噌		小松菜 しめじ 玉葱	昆布 煮干し
水	8	パン(コッパンかしよくばん) あまからハンバーグ	豚挽肉	コッパン 食パン 三温糖 片栗粉	玉葱	しょうゆ	557kcal
	22	キャベツとツナのサラダ	ツナ缶		キャベツ きゅうり	マヨドレ 酢	25.0g
		26	コーンシチュー	牛乳	じゃがいも	人参 玉葱 コーン缶 コーンクリーム缶 ほうれん草	塩
木	9	にこみうどん	豚肉 油揚げ	うどん	人参 玉葱 しめじ 長ねぎ 乾椎茸 ほうれん草	昆布 鯉節 しょうゆ	486kcal
	23	こまつなのごまあえ りんご	白すりごま		小松菜 りんご	しょうゆ	20.1g
		27	午前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし		12.4g
金	10	かれのいりやき	カレー	三温糖	人参 さやえんどう	しょうゆ	614kcal
	24	じゃがいもとやさいののもの	豚挽肉	じゃがいも 三温糖 片栗粉	玉葱 えのき茸 小松菜	しょうゆ	27.9g
		28	たまねぎのみそしる	絹豆腐 味噌			昆布 煮干し
土	11	しよくばん きゅうにゅう	牛乳	食パン	人参 玉葱	ケチャップ しょうゆ	437kcal
	25	ふたにくのケチャップいため	豚肉	三温糖 油	ピーマン 玉葱	マヨドレ 酢 塩	18.6g
		29	マカロニサラダ くだもの	牛乳	マカロニ	人参 きゅうり	
		午前おやつ ぎゅうにゅう おかし 午後おやつ むぎぢゃ おかし	牛乳	おかし		1.1g	

\*今月は、さやえんどう・グリーンアスパラ・筍・かぶ・そら豆・グリンピース...など  
春の野菜をたくさん取り入れました。

\*乳児はりんごが固く食べづらいため、咀嚼の力がついてきたら出すようにしていきます。

