

# 献立表

2024/05月分

杏ほいくえん

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
01	水	牛乳,せんべい	豆腐の中華丼,スティックきゅうり,中華スープ(たまねぎ),麦茶	牛乳,おふラスク(ココア)
02	木	牛乳,せんべい	カレーライス(かぼちゃ),コーンサラダ,だいこんのスープ(ベーコン),麦茶	牛乳,トースト(ごま)
07	火	牛乳,せんべい	グリーンピース御飯,中華風チキン,ポテトサラダ,豆腐すまし汁(わかめ),麦茶	牛乳,チーズ入りケーキ
08	水	牛乳,ビスケット	御飯,レバーのかわりあんかけ,トマト,みそ汁(さつま芋),麦茶	牛乳,マカロニきな粉
09	木	牛乳,せんべい	黒糖ロール,豆乳ポトフ(鶏肉),三色サラダ,麦茶	牛乳,フレークスナック
10	金	牛乳,ビスケット	御飯,生揚げのみそ炒め,春雨中華風あえ,中華スープ(チンゲンサイ),麦茶	牛乳,いちごジャムサンド
11	土	牛乳,ウエハース	焼きそば,牛乳	
13	月	牛乳,ビスケット	ツナの和風スパゲティ,バナナ,野菜スープ(きゃべつ),麦茶	麦茶,おにぎり(たけのこ)
14	火	牛乳,ビスケット	マーボー豆腐丼,小松菜ともやしのナムル,中華スープ,麦茶	牛乳,のり塩ポテト
15	水	牛乳,せんべい	御飯,肉じゃが(豚肉),納豆あえ(こまつな),みそ汁(なす),麦茶	牛乳,マシュマロクラッカー
16	木	牛乳,せんべい	五目御飯,コロッケ,ひじきの和風サラダ,豚汁,麦茶	牛乳,オレンジビスケット
17	金	牛乳,ビスケット	ハヤシライス,アスパラマヨドレ和え,ヨーグルト,麦茶	牛乳,クロックムッシュ
18	土	牛乳,ウエハース	きつねうどん,牛乳	
20	月	牛乳,ビスケット	ハムチャーハン,小松菜のおかかあえ(もやし),春雨スープ,麦茶	牛乳,焼きそば
21	火	牛乳,ビスケット	御飯,カレー風味チキン,さつまいものサラダ,豆腐みそ汁(なめこ),麦茶	牛乳,みたらしだんごもち
22	水	牛乳,せんべい	ビビンバ丼,チーズ,野菜スープ(きゃべつ),麦茶	麦茶,ヨーグルト,ビスケット
23	木	牛乳,ビスケット	ロールパン,ポークビーンズ,しょうゆフレンチサラダ,コーンクリームスープ,麦茶	牛乳,バナナ,せんべい
24	金	牛乳,せんべい	御飯,なすと豚肉の炒め物,磯の香和え,みそ汁(切干・南瓜),麦茶	牛乳,ツナサンド
25	土	牛乳,ウエハース	ミートスパゲティ,牛乳	
27	月	牛乳,ビスケット	にんじんごはん,さわらのごま焼き,キャベツのゆかりあえ,みそ汁(チンゲン菜),麦茶	牛乳,いりこのカリカリおやつ,オレンジ
28	火	牛乳,せんべい	中華風肉味噌うどん,きゅうりの中華風漬物,わかめ汁(ねぎ),麦茶	牛乳,りんごゼリー
29	水	牛乳,せんべい	御飯,大豆の磯煮,ほうれん草のごま和え,麩のみそ汁,麦茶	牛乳,バターロールラスク
30	木	牛乳,せんべい	ピラフ(ツナ),鶏のから揚げ,キャベツマヨドレ和え,ポタージュ(かぼちゃ),麦茶	牛乳,ケーキ(誕生日)
31	金	牛乳,ビスケット	豆腐ドライカレー,マカロニサラダ,みそ汁(玉ねぎ・わかめ),麦茶	牛乳,きなこマーガリンサンド

・土曜日はその日の人数とバランスを考慮して1品プラスして提供します。ご了承ください。

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	580	24	21.3	317	2.5	544	0.41	0.06	27	5	2.6
3才未満児	441	18.3	16.2	233	1.9	425	0.32	0.45	21	3.9	2