

令和4年度5月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組の献立、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材料名	献立	材料名
2	月	クラッカー・麦茶	ごはん	豚肉の味噌焼き・キャベツの昆布あえ・トマト・かき玉汁	米・豚肉・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布・トマト・玉ねぎ・なると・水菜・卵	バウムクーヘン・牛乳	バウムクーヘン・牛乳 ※ロールパン
6	金	卵ボーロ・牛乳	ごはん	鶏のからあげ・和風パスタサラダ・りんご・すまし汁	米・鶏肉・にんにく・生姜・油・パスタ・きゅうり・人参・ハム・りんご・ほうれんそう・はんぺん	ちまき・麦茶	ちまき・麦茶 ※わかめごはん
7	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼:ラーメン、ブロッコリーのおかかあえ、グレープジュース 3時:りんごゼリー、せんべい、麦茶				
9	月	せんべい・麦茶	ごはん	鶏の照り焼き・切干大根煮・中華きゅうり・味噌汁	米・鶏肉・切干大根・人参・いんげん・さつま揚げ・油揚げ・きゅうり・豆腐・なめこ	かりんとうドーナツ・牛乳	かりんとうドーナツ・牛乳 ※クロワッサン
10	火	バナナ・牛乳	食パン(ブルーベリー)	ヒレカツ・ツナサラダ・チーズ・ほうれんそうスープ	食パン・ブルーベリージャム・ヒレカツ・油・ソース・キャベツ・きゅうり・人参・コーン・ツナ・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・ほうれんそう・ハム	チャーハン・麦茶	米・ハム・玉ねぎ・ピーマン・麦茶
11	水	チーズ・麦茶	カレーライス	コールスローサラダ 福神漬け オレンジジュース	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレー粉・キャベツ・きゅうり・コーン・りんご・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福神漬け・オレンジジュース	メロンパン・牛乳	メロンパン・牛乳 ※食パン
12	木	りんごゼリー・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・切り昆布煮・スティックきゅうり・味噌汁	米・ホッケの塩だれ・きざみ昆布・人参・椎茸・さつま揚げ・きゅうり・浅漬けのもと・もやし・油揚げ	ホットドック・牛乳	ロールパン・ウインナー・ケチャップ・牛乳 ※ケチャップなし
13	金	ビスケット・麦茶	ごはん	ミートローフ・いんげんのごまあえ・りんご・もやしのスープ	米・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・ミックスベジタブル・チーズ・卵・パン粉・ケチャップ・いんげん・人参・すりごま・りんご・もやし・ニラ	桃まんじゅう・牛乳	桃まんじゅう・牛乳 ※米粉のパン
14	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:うどん、スティックきゅうり、オレンジジュース 3時:バナナ、せんべい、麦茶				
16	月	クラッカー・麦茶	ごはん	マーボー豆腐 ブロッコリーのおかかあえ バナナ・春雨スープ	米・豚肉・豆腐・エビ・長ねぎ・ニラ・にんにく・生姜・ブロッコリー・おかか・バナナ・春雨・小松菜・コーン	フルーチェ・ぼたぼたせんべい	フルーチェ・牛乳・ぼたぼたせんべい ※せんべい→ハイハイせん
17	火	りんご・牛乳	ロールパン	ハムカツ・マカロニサラダ・トマト・キャベツのスープ	ロールパン・ハムカツ・油・ソース・マカロニ・きゅうり・人参・コーン・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・キャベツ・ハム	しらすおにぎり・麦茶	米・しらす・麦茶・(梅干し)
18	水	ビスケット・麦茶	ごはん	鮭の西京焼き・筑前煮・中華きゅうり・すまし汁	米・鮭の西京漬け・鶏肉・人参・ごぼう・たけのこ・高野豆腐・きゅうり・ほうれんそう・おふ	アメリカンドック・牛乳	アメリカンドック・牛乳 ※ケチャップなし
19	木	せんべい・麦茶	コーンラーメン	餃子・いちご・りんごジュース	中華めん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・餃子・いちご・りんごジュース	ケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳 ※カップケーキ
誕生会							
20	金	ヨーグルト・麦茶	ごはん	豚肉のマーメイド焼き・春雨サラダ・りんご・豆腐のスープ	米・豚肉・マーメイドジャム・春雨・きゅうり・人参・ハム・りんご・豆腐・小松菜・玉ねぎ	マカロニきなこ・牛乳	マカロニ・きなこ・砂糖・牛乳
21	土	10時:クラッカー、麦茶	お昼: スパゲティミートソース、スティックきゅうり、りんごジュース 3時:バナナ、せんべい、麦茶				
23	月	ビスケット・麦茶	ごはん	はんぺんフライ・中華ナムル・りんご・味噌汁	米・はんぺんフライ・油・ソース・もやし・ほうれんそう・きゅうり・人参・ハム・りんご・玉ねぎ・ニラ	フルーツゼリー・サラダせんべい	みかん缶・パイン缶・クールゼリーのもと・サラダせんべい ※せんべい→小魚せん
24	火	せんべい・麦茶	二色丼	ツナのあえもの・バナナ若竹汁	米・鶏肉・鮭・もやし・キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・バナナ・おふ・わかめ・たけのこ	アップルパイ・牛乳	アップルパイ・牛乳 ※りんご、ビスケット
25	水	オレンジゼリー・麦茶	ごはん	サバの味噌煮・野菜のごまあえ・トマト・すまし汁	米・サバの味噌煮・もやし・いんげん・人参・すりごま・トマト・ほうれんそう・おふ	バナナケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・バナナ・牛乳・バター・卵・牛乳
26	木	バナナ・牛乳	食パン(いちご)	鶏肉のパン粉焼き・ブロッコリーの炒め物・チーズ・ミネストローネ	食パン・いちごジャム・鶏肉・パン粉・にんにく・ブロッコリー・コーン・ハム・カレー粉・チーズ・キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・セロリ・ハム・カットトマト缶	わかめおにぎり・麦茶	米・わかめごはんのもと・麦茶・(梅干し)
27	金	チーズ・麦茶	ハヤシライス	和風サラダ 野菜ジュース	米・牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ・キャベツ・もやし・きゅうり・かまぼこ・わかめ・野菜ジュース	付け合わせパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし
28	土	10時:ビスケット、麦茶	お昼:焼きそば、ほうれんそうの磯あえ、野菜ジュース 3時:グレープゼリー、せんべい、麦茶				
30	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・キャベツの昆布あえ・トマト・味噌汁	米・豚肉・生姜・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布・トマト・豆腐・わかめ	チーズ蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・チーズ・牛乳
31	火	りんご・牛乳	クロワッサン	タンドリーチキン・パスタサラダ・チーズ・コーンスープ	クロワッサン・鶏肉・ヨーグルト・にんにく・カレー粉・パスタ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・チーズ・コーン・玉ねぎ・牛乳・シチューミックス	さくらおにぎり・麦茶	米・醤油・酒・塩・麦茶・(梅干し)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



5月平均栄養価

3歳未満児

エネルギー 560kcal たんぱく質 17.0g 脂質 18.2g
カルシウム 208mg 食塩 2.0g

3歳以上児

エネルギー 578kcal たんぱく質 18.3g 脂質 18.9g
カルシウム 218mg 食塩 2.1g