

5月の献立表 <幼児食>

2022年度



トライアングル スマイル

日	朝のおやつ 9:00	昼 食	午後のおやつ 15:00	18:30	材料	カロリー 蛋白質
2 月	ビスケット	ご飯 果物 肉豆腐 きゅうりの磯辺和え すまし汁 (ほうれん草)	ミルクくず餅	ヨーグルト	豆腐 豚肉 人参 たまねぎ きゅうり しらたき ほうれん草 海苔	294kcal 11.5g
	ビスケット		白玉団子黒みつかけ	ヨーグルト	鶏肉 ハム 人参 うり きゅうり 昆布 ねぎ	351kcal
3 火	サブレ	ご飯 果物 オレゴンチキン アカロニサラダ とろろ昆布汁	杏仁豆腐	パン	鯖 豚肉 ごぼう 人参 しらたき 小松菜	364kcal
4 水	クラッカー	三色丼 ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁 (茗荷) ヨーグルト	だぬきうどん	ゼリー	鶏ひき肉 卵 いんげん コーン ブロッコリー 若芽	347kcal
5 木	ウエハース	ご飯 果物 コーンチキン 南瓜のサラダ すまし汁 (麩)	フランクシエ	パン	鶏肉 人参 たまねぎ しょうが	305kcal
6 金	ビスケット	ご飯 果物 ヨーグルト	たぬきうどん	ゼリー	鶏肉 人参 たまねぎ しょうが	325kcal
7 土	クラッカー	ご飯 果物 高野豆腐の卵とじ 小松菜の納豆和え 味噌汁 (茄子)	みたらし団子	パン	高野豆腐 卵 人参 たまねぎ しめじ ひきわり納豆 小松菜 茄子	288kcal
9 月	ビスケット	ご飯 果物 豚肉の生姜焼き ちくわサラダ 豆腐のくずあんスープ	ジャムサンド	パン	豚肉 豆腐 竹輪 たまねぎ きゅうり ほうれん草	349kcal
10 火	サブレ	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	サクサクパイ	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	397kcal
11 水	クラッカー	ご飯 果物 焼きそば ブロッコリーサラダ 中華スープ ヨーグルト	ロールサンド	パン	鶏肉 人参 たまねぎ しょうが	304kcal
12 木	ウエハース	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	ミルク寒天	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	344kcal
13 金	ビスケット	ご飯 果物 豆腐のミートグラタン コーンサラダ もやしのスープ ヨーグルト	クレンチトースト	パン	豆腐 豚肉 人参 たまねぎ きゅうり しょうが	323kcal
14 土	クラッカー	ご飯 果物 野菜入り卵焼き ウインナーと野菜のソテー すまし汁 (麩)	ロールサンド	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	293kcal
27 金	ビスケット	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	ミルク寒天	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	304kcal
28 土	クラッカー	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	ロールサンド	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	344kcal
29 月	ビスケット	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	クレンチトースト	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	304kcal
30 月	ビスケット	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	ミルク寒天	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	293kcal
31 火	サブレ	ご飯 果物 肉味噌スライス おくらとコーンのソテー さやペつのミルクスープ ヨーグルト	ロールサンド	パン	鶏ひき肉 人参 もやし おくら コーン たまねぎ	304kcal

園の行事・材料の都合などで献立を変更する事があります。
おやつは、牛乳または麦茶と一緒にいただきます。
カロリー・タンパク質は屋食のみの数値です。
夕方のおやつは120kcalを目安にしています。

食 育

<今月のテーマ>

「手洗い・うがいをしよう」

