

令和 5 年

5 月

献 立 表

上布田保育園

曜日		乳児 朝のおやつ	昼 食	お や つ	熱・力となる 食 品	血・骨・肉 となる食品	身体の調子を整える食品	延長おやつ	新年度が始まって1ヶ月がたち ました。新しい環境で戸惑うことも あったかもしれませんが、みんな笑 顔で楽しそうに「みんなで食べると 楽しいね！」と言いながら食事をし ている姿がとても微笑ましいです。 「おかわりく〜ださい！」の声も聞 かれ、嬉しい毎日です。 		
1 15	月	おせんべい 麦 茶	胚芽米ごはん のっぺい汁（鶏、里芋、大根、人参、椎茸、ごぼう、豆腐） 豚肉の生姜焼き スティック野菜 清見柑	チーズブレッド 牛 乳	胚芽米 里芋 マヨドレ ぶどうパン バター コーンスター	鶏肉 木綿豆腐 豚肉 クリームチーズ 牛乳	大根 人参 椎茸 ごぼう 玉ねぎ キャベツ 生姜 きゅうり 清見柑	ふかしいも 麦茶			
2	火	ビスケット 麦 茶	しょうがごはん 清汁（豆腐、えのき、みつば） めかじきの野菜和え 春キャベツときゅうりの塩もみ いちご	かぶとパイ 1〜2歳 スイートポテト 牛乳	米 片栗粉 春巻きの皮 さつま芋 バター	油揚げ 豆腐 めかじき 牛乳	しょうが みつば えのき 人参 ビーマン キャベツ きゅうり いちご	さつま芋あんぱん 麦茶			
6 20	土	クラッカー 麦 茶	鶏にゅうめん（鶏、椎茸、人参、青菜、ねぎ） かぼちゃのそぼろ煮 くだもの	メロンパン 牛 乳	そうめん メロンパン	鶏肉 鶏ひき 牛乳	椎茸 人参 青梗菜 ねぎ かぼちゃ くだもの				
8 22	月	おせんべい 麦 茶	ごはん みそ汁（かぶ、油揚げ） 高野豆腐のそぼろあん いんげん人参のお浸し 清見柑	シュガーサンド 牛 乳	米 食パン バター	油揚げ 高野豆腐 鶏ひき かつお節 牛乳	かぶ 人参 玉ねぎ 椎茸 みつば いんげん 清見柑	梅茶漬け 麦茶			
9 23	火	ビスケット 麦 茶	かしわ丼 みそ汁（わかめ、玉ねぎ） 小松菜ワントンサラダ りんご	チーズクッキー 牛乳	米 ワンタン バター 小麦粉	鶏肉 牛乳 粉チーズ	玉ねぎ 人参 椎茸 みつば わかめ 玉ねぎ 小松菜 もやし りんご	わかめパスタ 麦茶			
10 24	水	クラッカー 麦 茶	ちゃんぽんうどん（鶏、筍、キャベツ、もやし、青梗菜、ねぎ） 豚肉とごぼうの炒め煮 バナナ	沖縄風くずもち 牛 乳	うどん こんにゃく 黒砂糖 片栗粉	鶏肉 豚肉 きな粉 牛乳	人参 たけのこ キャベツ もやし ごぼう 青梗菜 ねぎ ビーマン エリンギ バナナ	スティックパン 麦茶			
11 25	木	クラッカー 麦 茶	ハヤシライス 春野菜のスープ（鶏、キャベツ、玉ねぎ、かぶ、人参） ちりじゃこサラダ ヨーグルト	みそむしパン 牛 乳	米 ハヤシルウ 小麦粉	鶏肉 しらす ヨーグルト みそ 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム いんげん かぶ キャベツ きゅうり みかん缶	ゼリー・菓子 麦茶			
12 26	金	おせんべい 麦 茶	食パン 鶏肉と青梗菜のスープ 鮭のチーズ焼き シルバーサラダ バナナ	中華風炊き込みご飯 麦 茶	食パン 春雨 マヨドレ 米	鶏肉 鮭 チーズ ハム 鶏ひき	青梗菜 しめじ 人参 トマト アスパラガス きゅうり バナナ たけのこ	デニッシュ 麦茶			
13 27	土	ビスケット 麦 茶	肉うどん（豚肉、大根、人参、油揚げ、ねぎ、青菜） さつま芋の甘煮 くだもの	こしあんぱん 牛 乳	うどん さつま芋 こしあんぱん	豚肉 油揚げ 牛乳	大根 人参 ねぎ 青梗菜 くだもの				
16 30	火	おせんべい 麦 茶	ごはん みそ汁（豆腐、わかめ） チキン南蛮（タルタルソース） キャベツ人参おかか和え りんご	ココアホットケーキ 牛 乳	米 小麦粉 ココア バター マヨドレ	木綿豆腐 鶏肉 かつお節 牛乳	わかめ 玉ねぎ パセリ キャベツ 人参 りんご	菜飯おにぎり 麦茶			
17 31	水	ビスケット 麦 茶	スパゲティミートソース 春キャベツのスープ マセドアンサラダ バナナ	きびだんご 牛 乳	スパゲティ バター 小麦粉 じゃが芋 米 もちきび	鶏ひき ハム きな粉 牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ キャベツ 生姜 きゅうり バナナ	クロワッサン 麦茶			
18	木	クラッカー 麦 茶	ピースごはん わかたけ汁（わかめ、たけのこ） めかじきの竜田揚げ かぶとハムのサラダ りんご	バナナケーキ 牛 乳	米 片栗粉 小麦粉 バター	めかじき ハム 卵 牛乳	グリーンピース たけのこ わかめ かぶ 人参 コーン缶 りんご バナナ	ゼリー・果物 麦茶	今月の平均給与量		
19	金	おせんべい 麦 茶	丸パン ジュリエンヌスープ タンドリーチキン アスパラベーコンソテー バナナ	ビビンバチャーハン 麦 茶	丸パン 米	鶏肉 ヨーグルト ベーコン アスパラガス コーン缶 バナナ もやし 小松菜	キャベツ 玉ねぎ 人参 にんにく ねぎ 麦茶	いちごロールパン 麦茶		乳児	幼児
29	月	ビスケット 麦 茶	ごはん けんちゃん汁（里芋、大根、人参、ごぼう、ねぎ、豆腐） 鰯の照り焼き 納豆和え ぶどう	じゃこトースト 牛 乳	米 里芋 マヨドレ 食パン	木綿豆腐 さわら 納豆 しらす 牛乳	大根 人参 ごぼう ねぎ 生姜 小松菜 えのき ぶどう	ゼリー・菓子 麦茶	たんぱく質	17.8 g	21.3 g
								脂質	16.9 g	18.4 g	

*食べたことのない食材は、家庭で複数回食べるようにしてください。

*都合により内容が変更する場合があります。

*2日（火）・・・こどもの日・・・かぶとの形のパイでお祝いします。

*18日（木）・・・誕生会・・・和食メニューでお祝いします。

