

# 5 月 献 立 表

都合により一部変更する場合があります  
かすみ保育園

日	曜	給食	午後おやつ
01	土	ナポリタン,ほうれん草の醤油フレンチ,スープ(キャベツ・人参),デコボン	エッグサンド,牛乳
06	木	中華風そぼろ丼,酢の物,味噌汁(豆腐・なめこ),バナナ	ココアカップケーキ,牛乳
07	金	醤油ラーメン,三色和え,スティックチーズ,キウイフルーツ	鮭おにぎり,麦茶
08	土	豚肉の甘辛丼,青菜もやし人参のごま和え,スープ(コーン・玉葱),バナナ	蒸しパン,牛乳
10	月	ハヤシライス,菜果サラダ,スープ(ベーコン・ほうれん草),キウイフルーツ	シュガートースト,牛乳
11	火	シーフード焼きそば,ブロッコリーサラダ,スープ(葱・わかめ),バナナ	さつま芋パイ,牛乳
12	水	ふりかけご飯,かじきのパン粉焼き,人参しりしり,味噌汁(かぼちゃ・青菜) パイナップル	豆腐入りあんころもち,牛乳
13	木	かぼちゃロールパン,高野豆腐入りハンバーグ,マカロニサラダ,スープ(玉葱・セロリ) キウイフルーツ	ゆかりおにぎり 幼:するめ,乳:おしゃぶり昆布,麦茶
14	金	焼肉丼,ちりめんサラダ,味噌汁(麩・葱),ぶどう	カルピスポンチ,ウエハース,牛乳
15	土	きのこ肉うどん,キャベツとちくわの味噌マヨネーズ,パイナップル	じゃことコーンのご飯,麦茶
17	月	チーズロールパン,スキムオムレツ風,鶏肉とキャベツのパンバンジー スープ(コーン・青菜),ぶどう	ツナのそぼろ寿司,麦茶
18	火	コーン入りターメリックライス,チキンカツ,せんキャベツ,ミニトマト スープ(ピーマン・えのき茸),キウイフルーツ	ペコちゃんのほっぺ,牛乳
19	水	おかめうどん,ひじきサラダ,スティックチーズ,バナナ	カレーチャーハン,麦茶
20	木	ご飯,鮭の照り焼き,ブロッコリーのおかか和え,味噌汁(キャベツ・玉葱),パイナップル	マカロニのきな粉かけ,牛乳
21	金	ゆかりご飯,肉じゃが,和風サラダ,★若竹汁(たけのこ・豆腐・わかめ),キウイフルーツ	五目ビーフン,牛乳
22	土	カレーライス,お浸し(キャベツ・人参),スープ(ハム・小松菜),バナナ	二色サンド,牛乳
24	月	バターロールパン,ポークシチュー,ツナの醤油サラダ,牛乳,キウイフルーツ	おかかおにぎり,麦茶
25	火	ご飯,肉豆腐,ハンサンズ,すまし汁(かまぼこ・みつば),ぶどう	ピザトースト,牛乳
26	水	麦ご飯,★さわらの竜田揚げ,キャベツと青菜の和え物,味噌汁(じゃが芋・わかめ) パイナップル	ヨーグルト入りマフィン,牛乳
27	木	ツナとコーンのスパゲティ,野菜と鶏肉のごま和え,スープ(ハム・キャベツ・人参) バナナ	豚肉入り混ぜご飯,麦茶
28	金	豚肉のしょうが焼き丼,ナムル,味噌汁(大根・油揚げ),メロン	おからのやわらかクッキー,牛乳
29	土	鶏南蛮うどん,大根の煮物,キウイフルーツ	ハムチーストースト,牛乳
31	月	わかめご飯,鶏肉の照り焼き,野菜の塩昆布和え,味噌汁(豆腐・しめじ),バナナ	アメリカンドッグ,牛乳

- 0.1.2歳のみ午前のおやつに小魚・牛乳がつきます。
- 18日は誕生会です。
- ☆21日の肉じゃがのグリーンピースは食育でうさぎくみがさやとりをします。
- ★印は新しいメニューです。



1ヶ月平均栄養価

エネルギー	570kcal
たんぱく質	21.4g
脂質	19.7g
塩分	2.6g