


おがち保育園

2022年05月献立予定表

(3歳以上児)

	月曜日 2	火曜日 3 (憲法記念日)	水曜日 4 (みどりの日)	木曜日 5 (こどもの日)	金曜日 6	土曜日 7
屋食	大根のみそ汁 鶏の照り焼き マカロニサラダ 果物				きのこスープ ポークビーンズ ブロッコリーサラダ ゼリー	肉丼 わかめと豆腐のみそ汁 果物
午後	牛乳 ビスケット				牛乳 プッセ	牛乳 パン
	9	10	11	12	13	14
屋食	すまし汁 麻婆春雨 ポパイサラダ 果物	もやしのみそ汁 鮭の塩焼き ジャーマンポテト 果物	キーマカレー 野菜スープ 小松菜のツナ和え 果物	なめこのみそ汁 鶏のマーマレード焼き コールスローサラダ 果物	キャベツのみそ汁 タラの西京漬け焼き ひじきの炒め煮 果物	五目中華丼 豆腐のみそ汁 果物
午後	牛乳 バームロール	牛乳 ビスケット	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 サンドイッチ	ヨーグルト ビスケット	牛乳 パン
	16	17 (遠足ごっこ)	18	19	20	21
屋食	玉ねぎのみそ汁 豚肉とキャベツのみそ炒め シューマイ 果物	お弁当をお願いします 	卵スープ ナポリタン キャベツの華風和え 果物	えのきと豆腐のみそ汁 赤魚のみりん漬け焼き 南瓜のサラダ 果物	アスパラの豆乳スープ タンドリーチキン 青のりこふき芋 果物	親子丼 麩のみそ汁 果物
午後	牛乳 ビスケット	牛乳 米粉バナナスティック	牛乳 バームクーヘン	プリン せんべい	牛乳 人参の蒸しパン	牛乳 パン
	23	24	25	26	27	28
屋食	かぶのみそ汁 白身魚の竜田揚げ ブロッコリーのおかか和え 果物	わかめと豆腐のみそ汁 肉じゃが キャベツのゆかり和え 果物	チンゲン菜のスープ おからハンバーグ サラスパサラダ 果物	キャベツとしめじのみそ汁 鶏のさっぱり焼き ナムル野菜 果物	もずくスープ 鮭のみそマヨネーズ焼き アスパラと彩野菜ソテー 果物	ハヤシライス わかめスープ 果物
午後	牛乳 バームロール	牛乳 マーラーカオ	フルーチェ せんべい	牛乳 ふかし芋	牛乳 ビスケット	牛乳 パン
	30	31	<p>『給食の栄養について』</p> <p>乳幼児期は心身の発育、発達が生涯で最も旺盛な時期です。当然ながら、この時期の成長には多くの栄養素が必要になります。園での給与目標量は、3～5歳児で、1日に必要な量の45%を、1、2歳児で50%です。この栄養素に基づき、給食の献立を作成しております。</p> <p>また、1、2歳児は3～5歳児に比べ、一度に摂取できる食事が少ないため、午前おやつとして牛乳と菓子を提供していきます。塩分に関しても、1、2歳児は1.5g、3～5歳児は1.6gとなります。今後、献立表の下記に今月予定のエネルギーと塩分を表記致しますので、ご確認ください。</p> <p>給与目標量3～5歳児：エネルギー391kcal(主食は家庭より持参 平均120g=187kcalプラスになります)、塩分1.6g 1、2歳児：エネルギー461kcal、塩分1.5g</p>			
屋食	にら玉スープ チンジャオロース 春雨サラダ ミニゼリー	麺スープ 鯖のごまみそ焼き ポテトサラダ 果物				
午後	牛乳 ホットケーキ	ミロ プリッツ				

・献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。

※ 5月18日は、白ごはんを少し持ってきてください