

おがち保育園

2022年05月献立予定表

(3歳未満児)

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	2	牛乳 ビスケット	3	憲法記念日	4	みどりの日	5	こどもの日	6	牛乳 せんべい	7	牛乳 ビスケット
昼食	ごはん 大根のみそ汁 鶏の照り焼き マカロニサラダ 果物								ごはん 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 ゆかりおにぎり								牛乳 ブッセ		牛乳 パン	
午前	9	牛乳 せんべい	10	牛乳 リッツ	11	牛乳 ビスケット	12	牛乳 クラッカー	13	牛乳 せんべい	14	牛乳 ウエハース
昼食	ごはん すまし汁 麻婆春雨 ポパイサラダ 果物		ごはん もやしのみそ汁 鮭の塩焼き ジャーマンポテト 果物		キーマカレーライス 野菜スープ 小松菜のツナ和え 果物		ごはん 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		ごはん 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 わかめおにぎり		牛乳 マカロニきな粉		牛乳 バナナ せんべい		牛乳 サンドイッチ		牛乳 そぼろおにぎり		牛乳 パン	
午前	16	牛乳 ビスケット	17	牛乳 せんべい	18	牛乳 リッツ	19	牛乳 ウエハース	20	牛乳 ビスケット	21	牛乳 せんべい
昼食	ごはん 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		ごはん さつまい ホッケの塩焼き 三色ごま和え 果物		卵スープ ナポリタン キャベツの華風和え 果物		ごはん 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		ごはん 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 鮭おにぎり		牛乳 米粉バナナスティック		牛乳 わかめおにぎり		プリン せんべい		牛乳 人参の蒸しパン		牛乳 パン	
午前	23	牛乳 ビスケット	24	牛乳 せんべい	25	牛乳 ウエハース	26	牛乳 クラッカー	27	牛乳 せんべい	28	牛乳 ビスケット
昼食	ごはん 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		ごはん 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		ごはん 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		ごはん 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		ごはん 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 ゆかりおにぎり		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 ひじきおにぎり		牛乳 パン	
午前	30	牛乳 ビスコ	31	牛乳 せんべい	『給食の栄養について』 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(令和2年度 食事摂取基準)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。 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。塩分についても、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。 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							
昼食	ごはん にら玉スープ チンジャオロース 春雨サラダ ミニゼリー		ごはん 麺スープ 鱈のごまみそ焼き ポテトサラダ 果物									
午後	牛乳 ホットケーキ		ヨーグルト ビスケット									

- ・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。
- ・今月の午後おやつは、馴染みのある「おにぎり」の回数を増やしております。