

| | 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|----|--|----------|---|----------|--|----------|--|----------|---|----------|----------------------|----------|
| 午前 | 1 | 牛乳 ウエハース | 2 | 牛乳 せんべい | 3 | 憲法記念日 | 4 | みどりの日 | 5 | こどもの日 | 6 | 牛乳 ビスケット |
| 屋食 | ごはん 白菜のみそ汁 鮭の塩焼き 三色ごま和え 果物 | | ごはん 花心のすまし汁 チキステーキ ブロッコリーサラダ こどもの日ゼリー | |  | |  | |  | | 豚丼 麩のみそ汁 果物 | |
| 午後 | 牛乳 ゆかりおにぎり | | 牛乳 マカロニきな粉 | | | | | | | | 牛乳 パン | |
| 午前 | 8 | 牛乳 せんべい | 9 | 牛乳 リッツ | 10 | 牛乳 ビスケット | 11 | 牛乳 クラッカー | 12 | 牛乳 せんべい | 13 | 牛乳 ウエハース |
| 屋食 | ごはん 豆腐のみそ汁 豚肉のケチャップ炒め アスパラのおひたし 果物 | | ごはん キャベツのみそ汁 鶏のマーマレード焼き 南瓜のサラダ 果物 | | キーマカレーライス ナムル野菜 ヨーグルト 果物 | | ごはん さつま汁 麻婆豆腐 ブロッコリーのおかか和え 果物 | | ごはん 麺スープ ホッケのしょうゆ漬け焼き キャベツの中華風サラダ 果物 | | 親子丼 わかめのみそ汁 果物 | |
| 午後 | プリン せんべい | | 牛乳 チャーハンおにぎり | | 牛乳 お麩ラスク | | 麦茶 たぬきうどん | | 牛乳 わかめおにぎり | | 牛乳 パン | |
| 午前 | 15 | 牛乳 ビスケット | 16 | 牛乳 せんべい | 17 | 牛乳 リッツ | 18 | 牛乳 ウエハース | 19 | 牛乳 ビスケット | 20 | 牛乳 せんべい |
| 屋食 | ごはん チンゲン菜のスープ 鶏の照り焼き マカロニサラダ 果物 | | ごはん かきたまみそ汁 タラのパン粉焼き ひじき炒め煮 果物 | | なめこうどん チキンナゲット 果物 | | ごはん えのきと豆腐のみそ汁 肉じゃが ブロッコリーのおひたし 果物 | | ごはん もずくスープ 松風焼き 小松菜のじゃこ和え 果物 | | 五目中華丼 春雨スープ 果物 | |
| 午後 | 牛乳 じゃこごまおにぎり | | 牛乳 サンドイッチ | | 牛乳 わかめおにぎり | | フルーチェ せんべい | | 牛乳 ホットケーキ | | 牛乳 パン | |
| 午前 | 22 | 牛乳 ビスケット | 23 | 牛乳 せんべい | 24 | 牛乳 ウエハース | 25 | 牛乳 クラッカー | 26 | 牛乳 せんべい | 27 | 牛乳 ビスケット |
| 屋食 | ごはん 玉ねぎのみそ汁 鯖の香り焼き コールスローサラダ 果物 | | ごはん なめこのみそ汁 チャブチェ チヂミ 果物 | | ハヤシライス わかめとコーンのスープ 肉団子 果物 | | ごはん もやしのみそ汁 鶏の塩焼き 肉団子 サラスパサラダ 果物 | | ごはん 麺スープ じゃが芋のそぼろ煮 アスパラのおひたし 果物 | | 肉丼 豆腐のみそ汁 果物 | |
| 午後 | 牛乳 ひじきおにぎり | | 牛乳 カステラサンド | | 牛乳 ゆかりおにぎり | | バナナ ヨーグルト | | 牛乳 蒸しケーキ | | 牛乳 パン | |
| 午前 | 29 | 牛乳 ビスコ | 30 | 牛乳 ウエハース | 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。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。 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。献立表の下記に今月予定の栄養量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386kcal(主食は家庭より持参 平均120g=187kcalプラスになります)、たんぱく質17.5g、脂質16.8g、カルシウム235mg、鉄分2.3mg 塩分1.6g 1、2歳児：エネルギー457kcal、たんぱく質16.5g、脂質13.8g、カルシウム209mg、鉄分2.1mg、塩分1.5g | | | | | |
| 屋食 | ごはん かぶのみそ汁 豚肉のしょうが焼き キャベツのゆかり和え 果物 | | ごはん なすのみそ汁 鶏むね肉のパン粉焼き ポテトサラダ さくらんぼゼリー | | ごはん きのこスープ 豚肉とキャベツのみそ炒め シューマイ 果物 | | | | | | | |
| 午後 | 牛乳 わかめおにぎり | | 牛乳 サクサクパイ | | 牛乳 マーラーカオ | | | | | | | |

・献立は物流の状況により、変更になる場合があります。
ご了承くださいます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。
今月の1人当たりの栄養量は
469Kcal たんぱく質19.3g 脂質16.3g カルシウム260mg 鉄分2.1mg 塩分1.5g

