

# 2024年5月献立予定表

湯沢乳児保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	<b>食育の日</b>		1 牛乳 せんべい	2 牛乳 リッツ	3 憲法記念日	4 みどりの日
昼食	 <p>毎月19日は「食育の日」です。 「食」に対して興味や関心を持てるように園でも取り組んでいきます。 おうちでも、食事の用意をいっしょにしたり、食べ物について会話を楽しんでいたりして過ごしてみてくださいね。</p>		ごはん 玉ねぎのみそ汁 やわらか肉団子 もやしの華風和え 果物	ごはん 花心のすまし汁 タンドリーチキン ブロッコリーサラダ こどもの日ゼリー		
午後			牛乳 鮭わかめおにぎり	牛乳 サンドイッチ		
午前	6 振替休日	7 牛乳 サブレ	8 牛乳 せんべい	9 牛乳 クラッカー	10 牛乳 せんべい	11 牛乳 せんべい
昼食		ごはん ニラたまスープ 豚肉とキャベツのみそ炒め ポリポリ胡瓜 果物	ごはん なめこのみそ汁 鶏のさっぱり焼き マカロニサラダ 果物	ごはん 麺スープ タラのパン粉焼き ほうれん草のソテー 果物	ごはん キャベツのみそ汁 肉じゃが 小松菜のツナ和え 果物	温にゆう麺 青菜のおひたし 果物
午後		牛乳 ごまじゃこおにぎり	牛乳 ビスケットパン	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 ビスケット
午前	13 牛乳 せんべい	14 牛乳 ウエハース	15 牛乳 せんべい	16 牛乳 ビスコ	17 牛乳 せんべい	18 牛乳 せんべい
昼食	ごはん さつま汁 鶏のごまみそ焼き もやしのゆかり和え 果物	ごはん えのきと豆腐のみそ汁 豚肉と大根の煮物 ブロッコリーのおひたし 果物	カレーライス チンゲン菜スープ 春雨サラダ 果物	ごはん わかめのみそ汁 豚しゃぶ 三色和え 果物	ごはん 白菜のみそ汁 鮭のウマたれ焼き 切り干し大根の炒め煮 果物	ナポリタン コーンスープ 果物
午後	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 スティックパイ	牛乳 コーンピラフ	青りんごゼリー せんべい	牛乳 ゆかりおにぎり	牛乳 サブレ
午前	20 牛乳 せんべい	21 牛乳 ビスケット	22 牛乳 せんべい	23 牛乳 リッツ	24 牛乳 せんべい	25 牛乳 せんべい
昼食	ごはん もやしスープ 照り焼きチキン コールスローサラダ 果物	ごはん 大根のみそ汁 ホッケの塩焼き ひじき炒め煮 果物	焼きそば きのこスープ さつま芋のレモン煮 果物	ごはん 青菜のみそ汁 豚肉の重ねパン粉焼き 青菜のごま和え 果物	ごはん わかめスープ 鶏のマーマレード焼き ポテトサラダ 果物	きつねうどん 小松菜と人参の和え物 果物
午後	牛乳 おかかおにぎり	牛乳 サンドイッチ	牛乳 チャーハンおにぎり	ヨーグルト せんべい	牛乳 鮭わかめおにぎり	牛乳 ビスコ
午前	27 牛乳 せんべい	28 牛乳 クラッカー	29 牛乳 せんべい	30 牛乳 ウエハース	31 牛乳 せんべい	
昼食	ごはん かぶのみそ汁 麻婆豆腐 アスパラサラダ 果物	ハヤシライス 野菜スープ 焼きポテト 果物	ごはん 白菜のみそ汁 鶏むね肉のケチャップ炒め 青菜のしらす和え 果物	ごはん 中華スープ 焼き肉 ナムル野菜 果物	ごはん 豆腐のみそ汁 さんまのレモン煮 サラスパサラダ 果物	
午後	牛乳 ゆかりおにぎり	フルーチェ せんべい	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 きつねおにぎり	牛乳 スティックパン	

◎ 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1人当たりの栄養量は、458kcal、たんぱく質 18.2g、脂質 15.1g、カルシウム 222mg、鉄 1.7mg、塩分 1.2g