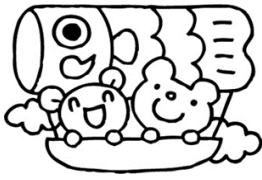
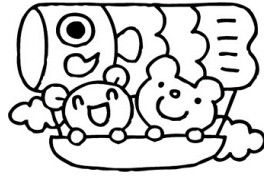


予定献立表

今月の平均カロリーー339kcal
たんぱく質15.6g 脂質15.0g 食塩相当量1.5g
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

令和5年度
5月号
すぎのこ保育園

★新メニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
1月	麻婆豆腐 春雨ピーナッツ和え ワカメゴマスープ いちご	ごはん	豆腐の中華あんかけ 人参甘煮	前 牛乳 後 麦茶 お好み焼き	
2月	魚すり身カツ ひじきサラダ 大根のみそ汁 こどもの日ゼリー	ごはん	ひじき煮 大根だし煮	前 のむヨーグルト 後 牛乳 チョコチップ蒸しパン	
3月	憲法記念日	 お休みです 			
4月	みどりの日				
5月	こどもの日				
6月	塩焼きそば きゅうりの酢の物 しめじのみそ汁 オレンジ	えびおにぎり	豚肉やわらか煮 刻みきゅうり	前 牛乳 後 チーズ おかし	
8月	親子煮 いんげんのごま和え ★こんにやく田楽 もやしのみそ汁 いちご	親子丼	豆腐田楽風 野菜の煮物	前 牛乳 後 フルーツヨーグルト	
9月	ホキのケチャップあんかけ 洋風白和え ワカメ汁 パイナップル	ごはん	白身魚の煮物 とろとろわかめ	前 のむヨーグルト 後 牛乳 豆乳小豆ホットケーキ	
10月	シューマイ 野菜のうま煮 キャベツのみそ汁 キウイフルーツ	ごはん	根菜うま煮 キャベツだし煮	前 牛乳 後 牛乳 ウインナーロール	おにぎり作り 完全給食
11月	ほっけのカレー揚げ 大根のそぼろあんかけ ほうれん草みそ汁 バナナ	ごはん	ほっけ煮つけ 刻みほうれん草	前 牛乳 後 ココアババロア	
12月	ハンバーグカレー 福神漬 トマトサラダ モロヘイヤスープ ソファール	カレーライス	モロヘイヤスープ煮 肉じゃが風	前 ヤクルト 後 牛乳 ★野菜チップス	
13月	 お弁当交流デー 	チャーハン	豆腐和風あん ほうれん草ごま風味	前 牛乳 後 チーズ おかし	
15月	豚肉チャプチェ きゅうりの中華漬け えのきの変わりみそ汁 オレンジ	ごはん	豚肉やわらか煮 とろとろ玉ねぎ	前 牛乳 後 牛乳 サーターアンダギー	
16月	さんまかば焼き 大根の酢の物 なめこ汁 キウイフルーツ	ごはん	豆腐煮込み 大根の煮物	前 のむヨーグルト 後 牛乳 きな粉マカロニ	
17月	 春の遠足       			前 牛乳 後 幼児リンゴ おかし	
18月	さばのみそ煮 人参シリシリ とり汁 いちご	ごはん	鶏肉やわらか煮 人参甘煮	前 牛乳 後 フルーチェ	
19月	ハヤシライス 福神漬 ブロッコリーサラダ ビーンズスープ バナナ	ハヤシライス	ミルクシチュー 刻みブロッコリー	前 ヤクルト 後 牛乳 フレンチトースト	
20月	焼うどん おひたし 豆腐のみそ汁 オレンジ	ツナ昆布おにぎり	くたくたうどん 刻みほうれん草	前 牛乳 後 チーズ おかし	
22月	ミートコロッケ アスパラの三色炒め トマトと卵のスープ パイナップル	ロールパン	人参の煮物 刻みトマト	前 牛乳 後 麦茶 ひとくち赤飯	プレーパーク 完全給食
23月	焼き魚(さけ) すき昆布煮 ★近江ちゃんぽん グレープフルーツ	ごはん	鮭和風煮 キャベツだし煮	前 のむヨーグルト 後 牛乳 さつまいもスティック	
24月	枝豆のミートローフ 洋風グラッセ コーンスープ キウイフルーツ	ジャムサンド	人参そぼろあんかけ とろとろ玉ねぎ	前 牛乳 後 コロコロゼリー	
25月	エビフライ ポテトサラダ バターコーン トマト マカロニスープ ムース	チキンライス	じゃがいもマッシュ 鶏肉洋風煮	前 牛乳 後 フルーツポンチ	誕生会 完全給食
26月	ビーフカレー 福神漬 ねばねばサラダ ワンタンスープ バナナ	カレーライス	肉じゃが風 とろとろわかめ	前 ヤクルト 後 牛乳 ★麩のラスク	
27月	メンチカツ キャベツカレー炒め けんちんうどん キウイフルーツ	ごまおにぎり	キャベツスープ煮 けんちんうどん	前 牛乳 後 チーズ おかし	運動会 こもも、もものみ給食
29月	厚揚げと豚肉のさっぱり炒め 大根ツナマヨ和え 白菜のみそ汁 オレンジ	ごはん	白菜だし煮 大根ツナ和え	前 牛乳 後 牛乳 バナナケーキ	
30月	赤魚の中華煮 ひじきの炒め物 ニラのみそ汁 さくらんぼ	ごはん	赤魚中華煮 ひじき煮	前 のむヨーグルト 後 牛乳 ふかしいも	
31月	ナポリタン 野菜サラダ ふわふわスープ パイナップル	コーンパン	くたくたパスタ ミルクポテト	前 牛乳 後 りんごカスタード	

【5月のご当地メニュー】 滋賀県・・・近江ちゃんぽん 群馬県・・・こんにやく田楽