



# 5月 よていこんだてひょう



## 立根保育園 3歳以上児

日	曜日	献立名	おやつ	
7	火	若竹汁・メンチカツ・ひじきと野菜のごま和え・ゼリー	スイートポテト・麦茶	
8	水	ワンタンスープ・きんぴら肉団子・すき昆布の炒煮・ヨーグルト	せんべい・枝豆・牛乳	
9	木	野菜たっぷり肉豆腐・ツナごまきゅうり・ゼリー	オレンジケーキ・牛乳	
10	金	カレーシチュー・フルーツヨーグルト	ドーナツ・牛乳	
13	月	四川風スープ・野菜コロッケ・高野豆腐とひじきの煮物・ヨーグルト	クッキー・牛乳	
Y	14	火	親子煮・バンサンスー・ゼリー	キッシュ・麦茶
誕	15	水	竹の子ご飯・卵豆腐のすまし汁・グリルドチキン・アスパラサラダ・アイス	カナッペ2種・牛乳
16	木	まいたけ汁・魚のカレー焼き・野菜きんぴら・オレンジ	カステラ・牛乳	
17	金	みそ汁・ハムカツ・カニカマとキャベツの和え物・ゼリー	せんべい・牛乳	
18	土	保育参観(パン・牛乳)		
20	月	納豆汁・大根と豚バラ肉の煮物・小松菜とちくわの和え物・ゼリー	ビスケット・牛乳	
Y	21	火	春野菜のクリーム煮・ウィンナー・グリーンサラダ・ヨーグルト	シュガートースト・牛乳
22	水	ほうれん草のみそ汁・赤魚煮・きゅうりともやしのナムル・ゼリー	せんべい・牛乳	
23	木	ニラと卵スープ・野菜コロッケ・マカロニサラダ・ヨーグルト	フルーツサンド・麦茶	
24	金	けんちん汁・肉じゃが・グレープフルーツ	マーラーカオ・牛乳	
27	月	野菜コンソメ・ハンバーグ・付け合わせ・ヨーグルト	ビスケット・牛乳	
Y	28	火	みそ汁・ちくわの磯辺焼き・野菜のなめたけ和え・ゼリー	だんご・牛乳
29	水	肉団子と野菜のスープ・五色納豆・グレープフルーツ	小倉抹茶ケーキ・牛乳	
30	木	カレーうどん・わかめとコーンのポン酢和え・ゼリー	チーズフランス・牛乳	
31	金	ミネストローネ・魚のタルタル焼き・温野菜添え・ヨーグルト	カスタードケーキ・牛乳	

5月予定栄養摂取量 エネルギー450kcal 蛋白質20.6g 脂質18.3g 塩分2.2g

### 5月の行事予定

9日(木) おにぎりの日🍙

※お家からのおにぎりをおねがいますm(\_)\_m

15日(水) お誕生会🎂

※お家からのご飯はいりませんよ😊

18日(土) 保育参観

14・21・28日ヤッホークラブです。おたのしみに(^\_^)♪





# 5月 よていこんだてひょう



## 立根保育園 3歳未満児

日	曜日	午前おやつ	献立名	おやつ
7	火	ビスケット	ご飯・若竹汁・メンチカツ・ひじきと野菜のごま和え・ゼリー	スイートポテト・麦茶
8	水	豆乳	ご飯・ワンタンスープ・きんぴら肉団子・すき昆布の炒煮・ヨーグルト	せんべい・牛乳
9	木	せんべい	ご飯・野菜たっぷり肉豆腐・ツナごまきゅうり・ゼリー	オレンジケーキ・牛乳
10	金	バナナ	ご飯・カレーシチュー・フルーツヨーグルト	ドーナツ・牛乳
13	月	ポーロ	ご飯・四川風スープ・野菜コロッケ・高野豆腐とひじきの煮物・ヨーグルト	クッキー・牛乳
14	火	ビスケット	ご飯・親子煮・パンサンスー・ゼリー	キッシュ・麦茶
15	水	豆乳	竹の子ご飯・卵豆腐のすまし汁・グリルドチキン・アスパラサラダ・アイス	カナッペ2種・牛乳
16	木	バナナ	ご飯・まいたけ汁・魚のカレー焼き・野菜きんぴら・オレンジ	カステラ・牛乳
17	金	ポーロ	ご飯・みそ汁・ハムカツ・カニカマとキャベツの和え物・ゼリー	せんべい・牛乳
18	土	ウエハース	保育参観(パン・牛乳)	
20	月	ビスケット	ご飯・納豆汁・大根と豚バラ肉の煮物・小松菜とちくわの和え物・ゼリー	ビスケット・牛乳
21	火	せんべい	ご飯・春野菜のクリーム煮・ウィンナー・グリーンサラダ・ヨーグルト	シュガートースト・牛乳
22	水	バナナ	ご飯・ほうれん草のみそ汁・赤魚煮・きゅうりともやしのナムル・ゼリー	せんべい・牛乳
23	木	ポーロ	ご飯・ニラと卵スープ・野菜コロッケ・マカロニサラダ・ヨーグルト	フルーツサンド・麦茶
24	金	ウエハース	ご飯・けんちん汁・肉じゃが・グレープフルーツ	マラーカオ・牛乳
27	月	せんべい	ご飯・野菜コンソメ・ハンバーグ・付け合わせ・ヨーグルト	ビスケット・牛乳
28	火	バナナ	ご飯・みそ汁・ちくわの磯辺焼き・野菜のなめたけ和え・ゼリー	だんご・牛乳
29	水	豆乳	ご飯・肉団子と野菜のスープ・五色納豆・グレープフルーツ	小倉抹茶ケーキ・牛乳
30	木	ポーロ	ご飯・カレーうどん・わかめとコーンのボン酢和え・ゼリー	チーズフランス・牛乳
31	金	ビスケット	ご飯・ミネストローネ・魚のタルタル焼き・温野菜添え・ヨーグルト	カスタードケーキ・牛乳

5月予定栄養摂取量 エネルギー566kcal 蛋白質21.6g 脂質18.3g 塩分1.9g

※水分補給、虫歯予防に麦茶が出ています。

