



5月よていこんだて表



| | | <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">《 1日平均栄養量 》</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center;">3歳未満児</td> <td style="text-align: center;">3歳以上児</td> </tr> <tr> <td>1補給-(kcal) 468</td> <td>1補給-(kcal) 568</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質(g) 20.4</td> <td>たんぱく質(g) 25.3</td> </tr> <tr> <td>脂質(g) 15.1</td> <td>脂質(g) 18.3</td> </tr> <tr> <td>加鈣(mg) 240</td> <td>加鈣(mg) 294</td> </tr> <tr> <td>食塩相当量(g) 1.4</td> <td>食塩相当量(g) 1.7</td> </tr> </table> </div> | | | | 3歳未満児 | 3歳以上児 | 1補給-(kcal) 468 | 1補給-(kcal) 568 | たんぱく質(g) 20.4 | たんぱく質(g) 25.3 | 脂質(g) 15.1 | 脂質(g) 18.3 | 加鈣(mg) 240 | 加鈣(mg) 294 | 食塩相当量(g) 1.4 | 食塩相当量(g) 1.7 | 1(金)なかよし献立 | 2(土) |
|----------------|--|---|---|--|---|-----------------------|-------|----------------|----------------|---------------|---------------|------------|------------|------------|------------|--------------|--------------|------------|------|
| 3歳未満児 | 3歳以上児 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1補給-(kcal) 468 | 1補給-(kcal) 568 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| たんぱく質(g) 20.4 | たんぱく質(g) 25.3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 脂質(g) 15.1 | 脂質(g) 18.3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 加鈣(mg) 240 | 加鈣(mg) 294 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 食塩相当量(g) 1.4 | 食塩相当量(g) 1.7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | | | ウエハース | クッキー | | | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | | | ごはん 肉じゃが 白和え みそ汁 バナナ | サンドイッチ バナナ 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | | 牛乳、シュガーラスク | 牛乳、ミニパン | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4(月) | | 5(火) | 6(水) | 7(木)なかよし献立 | 8(金)お誕生日会 | 9(土) | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | | | | シガーフライ | ポーロ | ウエハース | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | みどりの日 | こどもの日 | 振替休日 | ごはん かつおのごまだれ 彩り納豆和え あさりのみそ汁 パイン缶 | 鯉のぼりオムライス ハンバーグ フロッコリー ゆかりパスタ すまし汁 いちご | カレーうどん バナナ | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | | | 牛乳、フレンチトースト | 牛乳、クッキー | 牛乳、ドーナツ | | | | | | | | | | | | | |
| 11(月) | | 12(火) | 13(水)なかよし献立 | 14(木)なかよし献立 | 15(金) | 16(土) | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | えびせん | ポーロ | ウエハース | えびせん | せんべい | クッキー | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 大豆カレー フロッコリーサラダ オレンジ | 麦ごはん 焼き鶏と新ごぼうの煮物 春キャベツとパインのサラダ 豆乳スープ バナナ | ごはん 白身魚と野菜の甘酢がけ 五色和え なめこ汁 パイン缶 | ピビンバ丼 たたききゅうり 中華スープ オレンジ | ごはん ちくわ磯辺揚げ 野菜スティック にらかき玉スープ バナナ | サンドイッチ バナナ 牛乳 | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | 牛乳、マカロニあべかわ | 牛乳、おからドーナツ | 牛乳、ミニクリームパン | 牛乳、フライドポテト | 牛乳、ウインナーカップケーキ | 牛乳、クラッカー | | | | | | | | | | | | | |
| 18(月)なかよし献立 | | 19(火) | 20(水)なかよし献立 | 21(木)なかよし献立 | 22(金) | 23(土) | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | せんべい | ウエハース | ウエハース | えびせん | クラッカー | ウエハース | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 中華丼 鉄骨サラダ わかめスープ いちご | ごはん 鶏肉とたまごの煮物 新ごぼうのサラダ みそ汁 オレンジ | グリーンピースご飯 焼きししゃも マーボー豆腐(ニラ入り) ほうれん草のナムル もも缶 牛乳 | ごはん ポークビーンズ フロッコリーとコーンのサラダ コロコロスープ バナナ | ロールパン 鶏の焼き唐揚げ ポテトサラダ 中華コーンスープ オレンジ | てりやき野菜丼 みそ汁 バナナ | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | 牛乳、ミニアメリカンドッグ | 牛乳、お好み焼き | ゼリー | 牛乳、ジャムサンド | 牛乳、わかめおにぎり | 牛乳、クッキー | | | | | | | | | | | | | |
| 25(月) | | 26(火)なかよし献立 | 27(水) | 28(木) | 29(金) | 30(土) | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | クラッカー | シガーフライ | ポーロ | せんべい | シガーフライ | おかき | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 麦ごはん 白身魚フライ(タルタルソース) 卵の花の炒り煮 みそ汁 バナナ 牛乳 | ごはん 豚の角煮 切干し大根サラダ 豆腐ともやしのスープ みかん缶 | コッペパン 鶏のママレード焼き 小松菜とコーンのごま和え トマトスープ オレンジ | 麦ごはん 焼きさごしのカレー壺漬け 人参のしりしり 切干大根みそ汁 バナナ | ナポリタン ひじきとキャベツのサラダ 野菜スープ パイン缶 | サンドイッチ オレンジ 牛乳 | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | ヨーグルト、ブルーネ | 牛乳、サブレ | 牛乳、ひじきおにぎり | 牛乳、クラッカーサンド | 牛乳、ミニたい焼き | 牛乳、クッキー | | | | | | | | | | | | | |