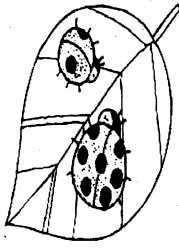
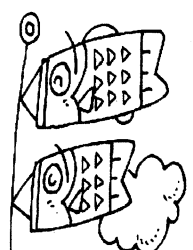


R7年度 5月 こんだて表

天昌寺保育園

月		火	水	木	金	土	
			保育園の目標 栄養価 (左から) エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩(g)	1	2	3 憲法記念日	
		1児午前牛乳・主食		牛乳・パン	牛乳・ごはん		
		おかず		チーズつくね焼き マカロニミートソース ごぼうサラダ わかめスープ	魚の香味焼き ジャーマンポテト 梅和え もやしと油揚げの味噌汁		
				汁物	オレンジケーキ 果物・牛乳		以上児 柏餅 未満児 こいのぼりサンド 果物・牛乳
				午後のおやつ			
		以上児栄養価		450/20.0/17.0/1.8	483/21.9/23.1/1.7		418/22.7/15.1/1.9
未満児栄養価	450/18.0/16.0/1.5	461/20.3/21.2/1.6	478/21.9/14.2/1.5				
4	5 こどもの日	6 振替休日	7	8 誕生会	9に・はらぺこ会	10	
5月の予定 8日・・・誕生会 完全給食です。以上児さんの 主食はいりません。 20日・・・お弁当の日 手作りお弁当をご持参ください。 		 	牛乳・ごはん 珍珠丸子 ひじきの炒り煮 浅漬け 白菜と高野豆腐 の味噌汁 フライドポテト 果物・牛乳	牛乳 たけのこご飯 こいのぼりソーセージ コロッケ ブロッコリー・トマト すまし汁・ジュース 麩のラスク 果物・牛乳	牛乳・ごはん ひりょうず 切り干し大根の煮物 ごま和え キャベツと白玉麩 の味噌汁 じゃこトースト 果物・牛乳	(ピラフ) チャウダー 果物 (おにぎりの日) スイスロール 果物・牛乳	
			480/19.1/25.3/1.9	609/21.0/17.9/1.6	429/18.9/21.2/2.3	426/16.1/20.1/0.4	
			532/19.0/22.5/1.5	512/17.9/15.9/1.3	492/18.9/19.1/1.9	492/18.1/18.9/0.8	
11	12	13び・スイミング	14 内科検診	15ぶ・はらぺこ会	16	17	
	牛乳・ごはん 生姜焼き さつまいもレモン煮 中華和え もやしと人参 の味噌汁 ドーナツ 果物・牛乳	牛乳・パン 魚のムニエル マーボー春雨 ツナサラダ 豆腐スープ じゃじゃめん 果物・ヤクルト	牛乳・ごはん 揚げ出し豆腐 なす炒め 納豆和え 玉ねぎときのこ の味噌汁 もちもちぱん 果物・牛乳	牛乳・パン ポテトオムレツ ナポリタン ナムル 根菜スープ バナナマフィン 果物・牛乳	牛乳・ごはん 八宝菜 煮豆 さつまいもサラダ キャベツとふのり の味噌汁 みそもち 果物・牛乳	(鮭わかめご飯) 豚汁 果物 (おにぎりの日) ゼリー 果物・せんべい	
	443/19.5/16.7/1.4	447/24.5/21.6/2.1	427/19.9/21.6/1.7	455/18.3/21.3/1.4	445/21.1/16.9/2.0	270/7.9/10.3/0.8	
	499/19.3/15.3/1.1	428/22.6/20.1/2.0	488/19.4/19.3/1.4	436/17.7/19.7/1.5	503/20.6/15.5/1.5	374/12.9/13.3/0.9	
18	19	20 お弁当の日	21	22運動遊び教室	23び・はらぺこ会	24	
	牛乳・ごはん 華風玉子焼き パインきんとん バンバンジー 大根と油揚げ の味噌汁 ココアケーキ 果物・牛乳	牛乳 手作りお弁当 玉ねぎとわかめ の味噌汁 ミルクサンド 果物・牛乳	牛乳・ごはん 高野豆腐肉詰め煮 南瓜のそぼろ煮 ゆかりきゅうり 白菜ときのこ の味噌汁 小豆蒸しパン 果物・牛乳	牛乳・パン 鶏のから揚げ 焼きそば 切り干し大根サラダ 野菜スープ クッパ 果物	牛乳・ごはん 鯖の味噌煮 卵の花炒り煮 かりばり和え じゃがいもと油揚げ の味噌汁 ごまトースト 果物・牛乳	(チャーハン) 肉団子スープ 果物 (おにぎりの日) バウムクーヘン 果物・牛乳	
	514/21.6/22.0/1.5	243/107/10.1/1.3	462/19.9/14.2/2.1	425/18.3/14.7/2.0	469/25.6/15.5/2.9	451/21.4/24.0/0.9	
	556/20.9/19.5/1.3	218/9.9/9.6/0.8	513/19.4/13.4/1.8	397/18.0/15.4/1.7	520/24.1/14.4/2.4	447/20.1/21.3/1.0	
25	26	27び・スイミング	28じ・はらぺこ会	29	30 避難訓練	31	
	牛乳・ごはん キーマカレー 厚揚げ炒め おかか和え キャベツと人参 の味噌汁 黒糖蒸しパン 果物・牛乳	牛乳・パン グラタン 青菜ソテー 春雨サラダ 卵スープ お好み焼き 果物・牛乳	牛乳・ごはん 揚げぎょうざ 筑前煮 五目和え 大根と人参 の味噌汁 チーズマフィン 果物・牛乳	牛乳・パン ココット ポトフ ポテトサラダ きのこスープ おにぎり 果物・牛乳	牛乳・ごはん 煮魚 わかめの煮物 なめたけ和え 豆腐と油揚げ の味噌汁 どら焼き 果物・牛乳	(炊き込みご飯) けんちん汁 果物 (おにぎりの日) クッキー 果物・牛乳	
	612/25.2/21.1/1.6	464/19.2/22.9/2.2	450/21.7/18.6/1.8	456/17.6/19.0/3.1	390/22.3/12.2/2.9	441/19.1/21.5/1.1	
	634/23.4/18.7/1.3	446/18.5/21.2/1.7	506/21.0/17.2/1.4	435/17.0/18.1/2.6	457/21.4/11.8/2.3	476/19.4/20.2/1.4	

★都合により献立を変更することがあります。