



5月給食予定献立表



第2の我が家
フレンドランド

日	曜	1歳～5歳児共通献立					午後	午前
		主食	汁物	主菜	副菜	おやつ	おやつ	
1	水	鶏そぼろ ごはん	大根としめじの すまし汁	エビフライ (茹アスパラ付)	だし巻きたまご (フルーツ付)	ほうれん草と カニカマの和え物	クッキー	フルーツ 牛乳
2	木	ごはん	チンゲン菜と 青ネギのみそ汁	豚肉の生姜焼き (玉ねぎソテー付)	さつま芋の甘煮	キャベツと人参の ごまマヨ和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
3	金	憲法記念日						
4	土	みどりの日						
6	月	振替休日						
7	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
8	水	ごはん	白菜と高野豆腐の みそ汁	鮭のちゃんちゃん焼き	南瓜とちくわの含煮	ほうれん草と 人参のナムル	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
9	木	ごはん	チンゲン菜と わかめのみそ汁	肉豆腐	スパニッシュオムレツ	ブロッコリーとトマトの なめ草和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
10	金	塩むすび	そうめん汁	カレイの サクサク衣揚げ	キャベツと人参の おかか和え	南瓜のバターソテー	ホット ケーキ	フルーツ 牛乳
11	土	ごはん	ほうれん草と 人参のみそ汁	豚肉の ケチャップソテー	大根と厚揚げの含煮	きゅうりとコーンの ごま醤油和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
13	月	ごはん	小松菜と丸麩の みそ汁	焼魚(塩さば) (人参しりしり付)	ネバネバ納豆小鉢	チンゲン菜と わかめの和え物	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
14	火	ごはん	豆腐となめこの みそ汁	回鍋肉	じゃが芋と人参の煮物	ブロッコリーの もずく和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
15	水	ごはん	豆乳味噌スープ	鶏もも肉の卵とじ	ごまさつま	ほうれん草のおひたし	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
16	木	ポークカレー	キャベツと人参の スープ	チキンナゲット (きゅうりの甘酢付)	*カレーの具 (チーズ・フルーツ付)	小松菜と ベーコンのサラダ	ミニドッグ	フルーツ 牛乳
17	金	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
18	土	ごはん	小松菜と 玉ねぎのみそ汁	焼魚(ホッケ) (さくら大根付)	南瓜グラタン	チンゲン菜と ハムのソテー	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
20	月	ごはん	チンゲン菜と えのき茸のスープ	豚ひき肉とレンコンの ハンバーグ	キャベツとなるとの さつと煮	ブロッコリーの おかか和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
21	火	ごはん	大根と人参の みそ汁	煮魚(カレイ)	ひじき入り金平ごぼう	春雨の中華サラダ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
22	水	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
23	木	ごはん	小松菜とわかめの みそ汁	鶏むね肉のクリーム煮	ほうれん草の卵とじ	ブロッコリーと トマトのサラダ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
24	金	おにぎり (おかか)	けんちんうどん	タラの唐揚げ	さつま芋のレモン煮	フルーツ	牛乳 プリン	フルーツ 牛乳
25	土	ごはん	大根と長ネギの みそ汁	ミートボール (トマト・レタス付)	大豆の五目煮	パンプキンチーズ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
27	月	ごはん	ほうれん草と わかめの卵スープ	サバのおろし煮	じゃが芋のピザ風	キャベツと人参の コールスローサラダ	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
28	火	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
29	水	お弁当給食					おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
30	木	ごはん	大根と青ネギの みそ汁	肉じゃが	五目たまご焼き	ほうれん草のごま和え	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳
31	金	おにぎり (鮭)	醤油ラーメン	鶏むね肉の唐揚げ (レタス・トマト付)	ほうれん草と コーンのソテー	煮豆(白花豆)	おやつ 牛乳	フルーツ 牛乳

	熱量	たんぱく質	脂質
1～2歳児	502kcal	17.7g	16.9g

* お弁当給食のカロリーは含まれておりません。

令和6年5月1日

