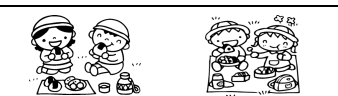


令和5年 5月 給食予定表

今月の給食とおやつ[※]の平均栄養価
 エネルギー 563kcal タンパク質 23.6g 脂質 17.3g 塩分 2.0g

日	曜日	献立名	食材料名	特別食 (3歳未満児)	3時のおやつ	日	曜日	献立名	食材料名	特別食 (3歳未満児)	3時のおやつ
1	月	麦茶 ご飯 豚肉の漬け焼き しめじのおかまヨ和え 味噌汁	麦茶 米 豚肉 玉葱 かつお節 ツナ しめじ 人参 きゅうり 小松菜 大根 キャベツ 葱 わかめ	ビスケット	スキムミルク みたらし芋団子 じゃが芋	18	木	愛情弁当		クッキー	スキムミルク ミルクケーキ
2	火	麦茶 鶏飯 すり身入り芋天 大根のサラダ バナナ	麦茶 米 鶏肉 卵 人参 干し椎茸 葱 漬け物 海苔 魚のすり身 さつま芋 卵 ツナ 大根 きゅうり バナナ	クッキー	スキムミルク 黒糖サンド 食パン	19	金	麦茶 五目ひじきご飯 根菜の煮物 味噌汁 メロンゼリー	麦茶 米 押し麦 豚肉 大豆 厚揚げ ひじき 人参 ビーマン 鶏肉 大根 人参 ごぼう 里芋 キヌアサ 玉葱 もやし えのき 小松菜 メロンゼリー	せんべい	スキムミルク セサミトースト 食パン
6	土	牛乳 ご飯 鶏肉のパン粉焼き 甘酢和え かみなり汁	牛乳 米 鶏肉 チーズ パセリ ツナ キャベツ 人参 豆腐 人参 玉葱 里芋 ごぼう ほうれん草	せんべい	スキムミルク 果物 お菓子	20	土	牛乳 ご飯 豚肉のケチャップ煮 菜果和え ふわふわ汁	牛乳 米 豚肉 玉葱 マッシュルーム ピース キャベツ 人参 きゅうり みかん缶 卵 山芋 チンゲン菜 しめじ	ビスコ	スキムミルク 果物 お菓子
8	月	牛乳 ご飯 豚肉サラダのりんごソース 照りじゃが 春雨スープ	牛乳 米 豚肉 りんご 玉葱 キャベツ もやし セロリ 人参 じゃが芋 パセリ ベーコン 春雨 ひじき 玉葱 人参 チンゲン菜	ビスコ	ココアミルク ハニーバズパン	22	月	麦茶 切り干し大根のそぼろ丼 豆腐のサラダ 味噌汁 食べるいりこ	麦茶 米 豚挽き肉 切り干し大根 玉葱 人参 豆腐 ハム 春雨 きゅうり 人参 薄揚げ かぼちゃ なす しめじ わかめ いりこ	ビスケット	スキムミルク ケーキサレ ツナ 人参 ビーマン 牛乳
9	火	牛乳 豆腐入りドライカレー ごまドレッシングサラダ むらも汁	牛乳 米 豆腐 豚挽き肉 玉葱 人参 ビーマン ツナ キャベツ きゅうり トマト 卵 玉葱 人参 チンゲン菜	クッキー	スキムミルク りんごのパンケーキ ほうれん草 卵	23	火	牛乳 ご飯 鯖のラビゴットソース じゃが芋のオーロラソース きのこの薄くすスープ	牛乳 米 鯖切り身 玉葱 きゅうり トマト じゃが芋 コーン 鶏肉 卵 エリンギ しめじ 葱	クッキー	ミロミルク ツイストローリーパン
10	水	牛乳 ご飯 ヤニニヨムチキン ナムル わかめスープ	牛乳 米 鶏肉 ハム もやし ほうれん草 人参 きゅうり コーン わかめ 人参 えのき 葱	ビスケット	スキムミルク ポテコ クッキー	24	水	牛乳 コーンブレッドパン タンドリーチキン風唐揚げ 春雨サラダ 押し麦のスープ	牛乳 コーンブレッドパン 鶏肉 ヨーグルト ツナ 春雨 小松菜 人参 ウィンナー 押し麦 大根 人参 キャベツ 深葱	せんべい	スキムミルク おさつスティック さつま芋
11	木	麦茶 ご飯 昆布入りふりかけ 野菜の五目煮 味噌汁	麦茶 米 しらす かつお節 昆布 ひじき 豚肉 厚揚げ さつま揚げ 高野豆腐 大根 人参 糸こんにゃく 干し椎茸 葱 キャベツ 玉葱 じゃが芋 小松菜	バナナ	スキムミルク 煎茶シパン 卵 牛乳	25	木	麦茶 ご飯 しらすふりかけ チャプスイ カミカミサラダ	麦茶 米 しらす かつお節 葱 豚肉 いか 卵 春雨 人参 白菜 大根 干し椎茸 葱 ハム 大豆 さつま芋 きゅうり コーン	ウエハース	スキムミルク りんごケーキ りんご 卵 牛乳
12	金	牛乳 ご飯 魚のタルタル焼き ごまフレンチ もずくスープ	牛乳 米 白切り身魚 卵 パセリ ささみ もやし ほうれん草 人参 キャベツ きゅうり きくらげ 絹豆腐 もずく 玉葱 人参 葱	せんべい	スキムミルク パンプリン 食パン 牛乳	26	金	オレンジジュース クリームシチュー/パスタ フライドポテト ウィンナーサラダ スティックシュウ	オレンジジュース スパゲティ ツナ 玉葱 しめじ パセリ 牛乳 生クリーム フライドポテト ウィンナー キャベツ きゅうり パプリカ 人参 ほうれん草 スティックシュウ	バナナ	スキムミルク 塩昆布おにぎり 米 塩昆布 食べるいりこ
13	土	麦茶 しらすと青菜のご飯 肉じゃが 拌三絲	麦茶 米 押し麦 しらす かつお節 小松菜 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく ピース ハム 卵 春雨 きゅうり 人参 もやし	ポーロ	スキムミルク 果物 お菓子	27	土	牛乳 ご飯 鮭のレモンマヨネーズソースかけ マカロニソテー チキンスープ	牛乳 米 鮭切り身 パセリ マカロニ 人参 キャベツ 小松菜 鶏肉 ベーコン 玉葱 人参 じゃが芋	ビスケット	スキムミルク 果物 お菓子
15	月	りんごジュース ロールパン 鶏肉とマカロニのクリーム煮 キャベツのスープ	りんごジュース ロールパン 鶏肉 マカロニ 玉葱 じゃが芋 しめじ パセリ 牛乳 ベーコン キャベツ トマト ほうれん草 えのき	ウエハース	スキムミルク わらび餅風巻天	29	月	牛乳 ご飯 豆腐ステーキ フロココリーのマヨネーズ和え ジュリアンスープ	牛乳 米 豆腐 鶏挽き肉 玉葱 人参 ピース フロココリー コーン ベーコン 玉葱 人参 えのき ほうれん草	ポーロ	スキムミルク 味噌ラスク 食パン
16	火	麦茶 ご飯 魚の南蛮漬け ほうほう和え きのこ汁	麦茶 米 白切り身魚 卵 薄揚げ きゅうり 人参 キャベツ もやし ほうれん草 鶏肉 舞茸 えのき しめじ エリンギ 深葱	ビスコ	スキムミルク お好み焼き 豚肉 キャベツ 山芋 卵 かつお節	30	火	麦茶 牛肉とごぼうの混ぜご飯 白和え 味噌汁 食べるいりこ	麦茶 米 押し麦 牛肉 ごぼう 人参 豆腐 人参 ほうれん草 糸こんにゃく 椎茸 キャベツ かぼちゃ 玉葱 葱 いりこ	クッキー	スキムミルク クリームチーズトースト じゃが芋 クリームチーズ いりこ
17	水	牛乳 ちゃんぽん トマトのサラダ ハイナッフルきんとん	牛乳 ちゃんぽん麺 豚肉 えび かまぼこ うすら卵 キャベツ もやし 人参 しめじ 干し椎茸 コーン かつお節 トマト きゅうり わかめ さつま芋 バイン缶	ビスケット	スキムミルク 五平餅 餅米	31	水	牛乳 カレーうどん 和風サラダ フルーツヨーグルト	牛乳 うどん 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ ビーマン コーン ツナ 卵 キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草 わかめ ヨーグルト もも缶 バイン缶 みかん缶 りんご缶 レーズン	ビスコ	ココアミルク せんべい クッキー