

湊こども園

2023年5月分の献立表 (2~5歳児)

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日					
	1		2		3	憲法記念日	4	みどりの日	5	こどもの日	6					
昼食	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁		そばめし、スープ、オレンジ								ごはん、牛肉と春雨のすき煮、みそ汁、バナナ					
午後	牛乳、フランクフルト		牛乳、きなこクッキー								牛乳、菓子					
	8		9		10		11		12		13					
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、白菜とえのきの和え物、みそ汁		みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ		まめごはん、鶏肉の照り焼き、おかか和え、すまし汁		ごはん、鮭の塩焼き、春雨の炒めもの、みそ汁		ロールパン、ウインナーの豆乳スープ、ポテトサラダ、オレンジ		ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、パイナップル					
午後	牛乳、さつまいものフラン		牛乳、じゃこトースト		牛乳、ごまクッキー		牛乳、麩のラスク、ウエハース		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、シリアルのヨーグルトかけ					
	15		16		17		18		19		20					
昼食	ごはん、さわらのおろし煮、小松菜のごま和え、すまし汁		ミートスパゲティ、スープ、オレンジ		キャロットロール、野菜ハンバーグ、大根サラダ、スープ		ごはん、赤魚の照り焼き、切り干し大根とひじき煮、みそ汁		そぼろあんかけ丼、すまし汁、バナナ		ごはん、豚じゃが、みそ汁、パイナップル					
午後	牛乳、ビスケットのせケーキ		牛乳、かぼちゃクッキー		牛乳、鮭菜おにぎり		牛乳、ジャムクリームサンド		牛乳、ぶどうゼリー		牛乳、菓子					
	22		23		24		25		26		27					
昼食	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、五色和え、みそ汁		ロールパン、チキンコンソメスープ、さつまいもサラダ、オレンジ		肉うどん、もやしと豆苗の和え物、バナナ		ごはん、鮭のみそ焼き、高野豆腐の卵とし、すまし汁		牛丼、みそ汁、パイナップル		ごはん、回鍋肉、スープ、オレンジ					
午後	牛乳、黒糖トースト		お茶、ツナマヨおにぎり		牛乳、りんご蒸しケーキ		牛乳、ココアしぼりクッキー		牛乳、フライドポテトコンソメ味		牛乳、ポップコーンバター味					
	29		30		31	<p>*エネルギー(㎉)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。 *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。</p> <p><めろんぐみ> 11日は空弁をしますので、すまし汁のかわりにソーセージを食べます。 <みかんぐみ> 23日のお茶は牛乳です。29日のおやつはシュガートーストです。 <みかん・めろんぐみ> 1日のおやつはソーセージです。</p>										
昼食	ごはん、ホキのトマトチーズ焼き、ナムル、みそ汁		チキンカレーライス、スープ、ヨーグルト		黒糖ロール、ベーコンときのこのコンソメスープ、和風マカロニサラダ、パイナップル											
午後	牛乳、ココロラスク		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、ちりめんおにぎり		1か月の平均栄養量		<table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>550㎉</td> <td>22.7g</td> <td>18.8g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	550㎉	22.7g	18.8g
エネルギー	たんぱく質	脂質														
550㎉	22.7g	18.8g														



栄養士：山中理緒

湊こども園

2023年5月分の献立表（0歳児12ヶ月頃～18ヶ月頃・1歳児）

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	1		2		3	憲法記念日	4	みどりの日	5	こどもの日	6	
昼食	ごはん、ホキのマヨネーズ焼き、チンゲン菜のナムル、みそ汁		そばめし、スープ、オレンジ								ごはん、牛肉と春雨のすき煮、みそ汁、バナナ	
午後	牛乳、ソーセージ		牛乳、きなこクッキー								牛乳、菓子	
	8		9		10		11		12		13	
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、白菜とえのきの和え物、みそ汁		みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ		まめごはん、鶏肉の照り焼き、おかか和え、すまし汁		ごはん、鮭の塩焼き、春雨の炒めもの、みそ汁		ロールパン、ウインナーの豆乳スープ、ポテトサラダ、オレンジ		ごはん、牛肉と豆苗のスタミナ炒め、スープ、パイナップル	
午後	牛乳、さつまいものフラン		牛乳、じゃこトースト		牛乳、ごまクッキー		牛乳、麩のラスク、ウエハース		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、シリアルのヨーグルトかけ	
	15		16		17		18		19		20	
昼食	ごはん、さわらのおろし煮、小松菜のごま和え、すまし汁		ミートスパゲティ、スープ、オレンジ		キャロットロール、野菜ハンバーグ、大根サラダ、スープ		ごはん、赤魚の照り焼き、切り干し大根とひじき煮、みそ汁		そぼろあんかけ丼、すまし汁、バナナ		ごはん、豚じゃが、みそ汁、パイナップル	
午後	牛乳、ビスケットのせケーキ		牛乳、かぼちゃクッキー		牛乳、鮭菜おにぎり		牛乳、ジャムクリームサンド		牛乳、ぶどうゼリー		牛乳、菓子	
	22		23		24		25		26		27	
昼食	ごはん、メルルーサのタルタル焼き、五色和え、みそ汁		ロールパン、チキンコンソメスープ、さつまいもサラダ、オレンジ		肉うどん、もやしと豆苗の和え物、バナナ		ごはん、鮭のみそ焼き、高野豆腐の卵とし、すまし汁		牛丼、みそ汁、パイナップル		ごはん、回鍋肉、スープ、オレンジ	
午後	牛乳、黒糖トースト		お茶、のりおにぎり		牛乳、りんご蒸しケーキ		牛乳、ココアしぼりクッキー		牛乳、フライドポテトコンソメ味		牛乳、ポップコーンバター味	
	29		30		31	*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。 *0歳児の離乳食(9～11ヶ月頃)は別に作成しています。 <さくらんぼぐみ> 11日のおやつは麩のラスクのみです。13日、27日のおやつは菓子です。 						
昼食	ごはん、ホキのトマトチーズ焼き、ナムル、みそ汁		チキンハヤシライス、スープ、ヨーグルト		黒糖ロール、ベーコンときのこのコンソメスープ、和風マカロニサラダ、パイナップル							
午後	牛乳、シュガートースト		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、ちりめんおにぎり							

栄養士：山中理緒