

平成 29年度 5月分 献立表

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	月	レーズンサンド・カルピス	ごはん・千草焼き・法蓮草の白和え・味噌汁		じゃが丸くん・牛乳
2	火	クラッカー・牛乳	ミルクパン・チキンチャップ・ブロッコリー・南瓜・野菜スープ		マフィン
3	水		*憲法記念日*		
4	木		*みどりの日*		
5	金		*子供の日*		
6	土	ムーンライト・牛乳	ごはん・肉じゃが・具だくさん汁		クッキー
7	日				
8	月	動物ビスケット・カルピス	*お弁当日*		チョコバナナクレープ
9	火	ギンビスパラス・牛乳	ふりかけごはん・きすの天ぷら・高野豆腐の含め煮・味噌汁		ラスク・カルピス
10	水	ココナッツブレ・牛乳	ロールパン・チキンのクリームシチュー・コーンサラダ・バナナ		じゃこ菜おにぎり
11	木	動物ビスケット・カルピス	ごはん・麻婆豆腐・ささみのサラダ・青梗菜のスープ		ホットケーキ・牛乳
12	金	クラッカー・牛乳	豆パン・豚カツ・千切りキャベツ・野菜スープ		スイートポテト
13	土	レーズンサンド・牛乳	五目うどん・蓮根と牛肉のきんぴら		クッキー
14	日				
15	月	ムーンライト・カルピス	ミルクパン・チキンソテー・トマト・ポテトサラダ・春キャベツのスープ		鮭おにぎり
16	火	ギンビスパラス・牛乳	ミートスパゲッティ・大根サラダ・スープ・チーズ		おととクラッカー・牛乳
17	水	クラッカー・牛乳	ごはん・豚肉のごま炒め・ひじき煮・味噌汁		フライドポテト・牛乳
18	木	ココナッツブレ・カルピス	ロールパン・鶏肉のカレー唐揚げ・野菜サラダ・ミネストローネ		クッキー
19	金	動物ビスケット・牛乳	まめごはん・カレイのつけ焼き・ごま和え・じゃがいものバターソース・具だくさん汁		カステラ
20	土	クラッカー・牛乳	ポークカレー・和風サラダ		クッキー
21	日				
22	月	レーズンサンド・カルピス	醤油ラーメン・ツナサラダ・りんご		揚げたご焼き・牛乳
23	火	クラッカー・牛乳	ホットドッグ・ブロッコリー・トマト・野菜のコンソメスープ		フルーツポンチ
24	水	ムーンライト・牛乳	ふりかけごはん・筑前煮・春雨の和え物・味噌汁		ジャムサンド・牛乳
25	木	動物ビスケット・カルピス	ごはん・鮭のムニエル・茹で南瓜・海藻サラダ・味噌汁		クッキー
26	金	ギンビスパラス・牛乳	黒糖パン・フリカデレ・キャベツの甘酢・トマト・オニオンスープ		プリン
27	土	クラッカー・牛乳	豚丼・小松菜の和え物・味噌汁		クッキー
28	日				
29	月	動物ビスケット・カルピス	ハヤシライス・キャベツサラダ・チーズ		牛乳ミカン
30	火	ココナッツブレ・牛乳	油麩丼・小松菜のお浸し・赤だし		チヂミ・牛乳
31	水	ギンビスパラス・牛乳	豆パン・アジフライ・キャベツ・ブロッコリー・野菜スープ・オレンジ		チーズクッキー

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	588	22.8	17.5	234	2.2	185	0.30	0.37	30	4.5	2.1
目標量	580	21.8	16.1	263	2.4	212	0.31	0.35	18	4.5	1.8
充足率	101%	105%	108.7%	89%	91.7%	87%	97%	106%	167%	100%	117%
3才未満児	519	19.9	16.0	243	1.9	169	0.24	0.37	24	3.4	1.6
目標量	510	19.1	14.2	237	2.5	212	0.28	0.31	19	4.1	1.8
充足率	102%	104%	113%	103%	76%	80%	86%	119%	126%	83%	89%

