


5月

給食献立予定表



キッズ	昼食	3色食品群					おやつ		
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	身体の調子を整えるもの	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー (乳・卵・小麦・ 落花生・そば・えび・かに)	午前	午後
6	木	イベント献立 ●こいのぼりライス 助宗タラのサクサクフライ チンゲン菜のごまサラダ スープ	ごま・ご飯 パン粉・砂糖 小麦粉・油	スケソウタラ 鶏肉	アスパラ・グリーンピース コーン・チンゲン菜 玉ねぎ・赤ピーマン 大根・長ネギ	344 kcal 13.7 g 10.4 g 46.3 g 0.8 g	小麦	麦茶 せんべい カルピス おにぎり	
7	金	ご飯 豆腐ハンバーグ さつまいもとインゲンのサラダ すまし汁	ご飯・さつまい パン粉・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌	インゲン・ごぼう ブロッコリー・ワカメ 玉ねぎ	309 kcal 9.2 g 7.3 g 49.8 g 0.6 g	小麦	牛乳 クッキー 麦茶 フルーチェ	
10	月	納豆ごはん 焼き鳥風 切干大根の煮物 みそ汁	ご飯・花ふ 砂糖・油	鶏肉・納豆・味噌 油揚げ	ごぼう・ほうれん草 玉ねぎ・人参 切干大根	323 kcal 13.5 g 10.6 g 42.1 g 0.8 g	小麦	麦茶 ビスケット 牛乳 ゼリー	
11	火	ドライカレー 白菜のツナサラダ フルーツ (洋ナシ缶)	ご飯・砂糖・油	ツナフレック缶 豚肉	インゲン・玉ねぎ 人参・白菜・洋ナシ缶	303 kcal 9.8 g 8.9 g 44.4 g 0.9 g	小麦	牛乳 クッキー 麦茶 プリン	
12	水	ご飯 カラスカレイの和風焼き じゃが芋の含め煮 すまし汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・じゃが芋 砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ 油揚げ	オレンジ・キノサヤ もやし・小松菜・人参	275 kcal 8.4 g 7.3 g 43.1 g 0.5 g	小麦	麦茶 ビスケット 麦茶 ゼリー	
13	木	鶏肉の和風スパゲッティ 南瓜のサクサクパン粉焼き スープ	スパゲッティ パン粉・油	鶏肉	かぼちゃ・チンゲン菜 パセリ・ピーマン ワカメ・玉ねぎ・人参	257 kcal 10.6 g 7.7 g 36.1 g 0.6 g	小麦	麦茶 せんべい カルピス おにぎり	
14	金	ご飯 春野菜のクリームシチュー 鶏ささみとブロッコリーのサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯・じゃが芋 砂糖・油	ツナフレック缶 鶏肉	キャベツ グリーンアスパラ バナナ・ブロッコリー 人参	291 kcal 11 g 6.9 g 45.4 g 0.8 g	小麦	牛乳 クッキー 麦茶 カルピス寒天	
17	月	ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根とインゲンのサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・油	鶏肉・味噌	インゲン・パプリカ赤 ワカメ・玉ねぎ・人参 大根・長ネギ	255 kcal 8.4 g 7.1 g 37.7 g 0.8 g	小麦	麦茶 せんべい 牛乳 ゼリー	
18	火	枝豆ひじきご飯 鮭の煮付け 鶏肉とスナップエンドウの炒め物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯・花ふ 砂糖・油	ヨーグルト・鶏肉 鮭・味噌・油揚げ	スナップエンドウ なす・ひじき・玉ねぎ 枝豆・小松菜・人参	304 kcal 16 g 7.6 g 41.4 g 0.7 g	乳・小麦	牛乳 クッキー 麦茶 牛乳寒天	
19	水	豚しゃぶ冷やしうどん かぼちゃの塩バター煮 フルーツ (バナナ)	うどん・ごま油 バター・砂糖 片栗粉	豚肉	オクラ・かぼちゃ キャベツ・バナナ ワカメ	253 kcal 10.7 g 5.4 g 40 g 1 g	乳・小麦	麦茶 ビスケット 麦茶 ゼリー	
20	木	イベント献立 ●クマさんライス 助宗タラのサクサクフライ チンゲン菜のごまサラダ スープ	ごま・ご飯 パン粉・砂糖 小麦粉・油	スケソウタラ 花かつお	グリーンピース コーン・チンゲン菜 玉ねぎ・パプリカ赤 レーズン・大根・長ネギ グリーンアスパラ	308 kcal 10.5 g 6.6 g 50.3 g 0.7 g	小麦	麦茶 せんべい カルピス おにぎり	

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量				
	エネルギー/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	281	11.2	6.9	42.1	0.8

キッズ	昼食	3色食品群					おやつ	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	身体の調子を整えるもの	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー (乳・卵・小麦・ 落花生・そば・えび・かに)	午前	午後
21	金	ご飯 豆腐ハンバーグ さつまいもとインゲンのサラダ すまし汁	ご飯・さつまい芋 パン粉・砂糖・油	豆腐・豚肉・味噌	インゲン・ごぼう ブロッコリー・ワカメ 玉ねぎ	309 kcal 9.2 g 7.3 g 49.8 g 0.6 g	小麦	牛乳 クッキー 麦茶 フルーチェ
24	月	納豆ごはん 焼き鳥風 切干大根の煮物 みそ汁	ご飯・花ふ 砂糖・油	鶏肉・納豆・味噌 油揚げ	ごぼう・ほうれん草 玉ねぎ・人参 切干大根	323 kcal 13.5 g 10.6 g 42.1 g 0.8 g	小麦	麦茶 せんべい 牛乳 ゼリー
25	火	ドライカレー 白菜のツナサラダ フルーツ (洋ナシ缶)	ご飯・砂糖・油	ツナフレーク缶 豚肉	インゲン・玉ねぎ 人参・白菜・洋ナシ缶	303 kcal 9.8 g 8.9 g 44.4 g 0.9 g		牛乳 ビスケット 麦茶 プリン
26	水	ご飯 カラスカレイの和風焼き じゃが芋の含め煮 すまし汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・じゃが芋 砂糖・片栗粉・油	カラスカレイ 油揚げ	オレンジ・キヌサヤ もやし・小松菜・人参	275 kcal 8.4 g 7.3 g 43.1 g 0.5 g	小麦	麦茶 クッキー 麦茶 ゼリー
27	木	鶏肉の和風スパゲッティ 南瓜のサクサクパン粉焼き スープ	スパゲッティ パン粉・油	鶏肉	かぼちゃ・チンゲン菜 パセリ・ピーマン ワカメ・玉ねぎ・人参	257 kcal 10.6 g 7.7 g 36.1 g 0.6 g	小麦	牛乳 ビスケット 麦茶 おにぎり
28	金	ご飯 春野菜のクリームシチュー 鶏ささみとブロッコリーのサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯・じゃが芋 砂糖・油	ツナフレーク缶 鶏肉	キャベツ グリーンアスパラ バナナ・ブロッコリー 人参	291 kcal 11 g 6.9 g 45.4 g 0.8 g	小麦	麦茶 せんべい 牛乳 フルーツ寒天
31	月	ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根とインゲンのサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・油	鶏肉・味噌	インゲン・パプリカ赤 ワカメ・玉ねぎ・人参 大根・長ネギ	255 kcal 8.4 g 7.1 g 37.7 g 0.8 g		麦茶 クッキー 牛乳 ゼリー

※都合により、献立を変更する場合がございます。

※本工場では小麦・乳を使用しております。

※本商品製造工場では、小麦・乳・卵・えび・落花生を含む製品を製造しています。



保育園での盛り付け重量目安 (1～2歳)

ご飯	80 g
具入り汁	120 g
主菜	35～50 g
副菜	35～70 g
果物	20 g

(オレンジだと6分の1程度)



写真は、5月7日に予定しているメニューです。