



2019年 5月の献立



日付	曜日	未満児おやつ	未満児主食	おひる	おやつ	主な材料	エネルギー 上:以	
1	水				即位の日			
2	木				休日			
3	金				憲法記念日			
4	土				みどりの日			
6	月				振替休日			
7	火	ポカリ	ごはん	豚のおろし焼肉 ちくわの煮物 キャベツと豆腐のサラダ ほうじ茶	牛乳 かしわもち	豚肉 玉葱 人参 エリンギ 大根 ちくわ キャベツ 豆腐 かしわもち	581 558	
8	水	やさいジュース	ごはん	かれいのバター醤油焼き ポテトサラダ トマト みそ汁	牛乳 むしばん	かれい バター じゃがいも 人参 きゅうり ハム マヨネーズ トマト 豆腐 わかめ ねぎ みそ / ミックス粉 ヨーグルト(スキムミルク)	603 488	
9	木	ほうじ茶 ハッピーターン	ごはん	ポークカレー コールスローサラダ 福神漬 もも缶 / 牛乳	グレープフルーツ	じゃがいも 人参 玉葱 豚肉 カレールウ スキムミルク 小麦粉 キャベツ きゅうり コールスロードレッシング マヨネーズ 福神漬 もも缶 / グレープフルーツ	519 445	
10	金	ミルク	ゆかりごはん	ひじき入り厚焼き玉子 かぼちゃグラッセ きゅうりとなすの酢の物 かぶとしいたけのスープ	牛乳 お菓子	卵 玉葱 人参 ひじき 鶏ひき肉 牛乳 かぼちゃ バター きゅうり なす かぶ しいたけ	507 407	
11	土			きのこパゲティ オレンジ 牛乳	りんごジュース お菓子	スパゲティ 玉葱 人参 しめじ えのき ベーコン オレンジ	558 413	
13	月	飲むヨーグルト	ごはん	コーンシチュー ウインナー わかめサラダ みかん缶 / わぎ茶	牛乳 バナナ	じゃがいも 玉葱 人参 コーン缶 鶏肉 シチュールウ スキムミルク ウインナー ケチャップ きゅうり わかめ 青じそドレッシング みかん缶 / バナナ	646 547	
14	火	ミルク	ごはん	とりごぼろ ゆで卵 野菜の胡麻みそ和え ほうじ茶	牛乳 コーンパン	鶏肉 ごぼろ 人参 こんにゃく しいたけ 卵 キャベツ アスパラ きぬさや ごま みそ 食パン コーン缶 マヨネーズ チーズ	609 481	
15	水	むぎ茶 ビスコ	ごはん	さわらの甘辛煮 切干大根の煮物 舟きゅうり 田舎汁	牛乳 ココアクッキー	さわら しょうが 切干大根 人参 さつま揚げ 油揚げ きゅうり かぼちゃ ごぼろ ねぎ 豆腐 鶏肉 みそ / バター 牛乳 小麦粉 ココア	650 510	
16	木	やさいジュース	ごはん	肉団子のケチャップ炒め かぼちゃの甘煮 キャベツサラダ 牛乳	ほうじ茶 パスタあられ	肉団子 玉葱 ケチャップ かぼちゃ キャベツ きゅうり トマト マカロニ	523 466	
17	金	むぎ茶 バナナ	鮭ごはん	メンチカツ 千切りキャベツ スパゲティサラダ ミルクスープ	牛乳 お菓子	メンチカツ ソース キャベツ ソース スパゲティ きゅうり コーン缶 ハム マヨネーズ かぶ かぶの葉 玉葱 ベーコン スキムミルク	594 469	
18	土			やきそば バナナ 牛乳	オレンジジュース お菓子	中華麺 キャベツ 豚肉 ソース バナナ	555 412	
20	月	やさいジュース	ごはん	ハヤシライス コーンバター 和風コールスローサラダ パン缶 / 牛乳	カルピス オレンジ	じゃがいも 玉葱 人参 豚肉 トマト缶 ハヤシルー ソース スキムミルク コーン缶 バター キャベツ きゅうり マヨネーズ かつお節 パン缶 / オレンジ	539 465	
21	火	ほうじ茶 ハッピーターン	ごはん	チキンピカタ アスパラとじゃがいものソテー もやしとわかめのサラダ すまし汁	フルーツヨーグルト	鶏肉 卵 粉チーズ 小麦粉 ケチャップ アスパラ しめじ じゃがいも バター もやし きゅうり わかめ 人参 ハム 鮭 しいたけ みつば / ヨーグルト(スキムミルク) バナナ フルーツソース	502 404	
22	水	オレンジジュース	ごはん	豚の照り焼き 人参グラッセ きゅうりとかぶの酢の物 牛乳	むぎ茶 黒糖ドーナツ	豚肉 玉葱 人参 バター きゅうり かぶ ミックス粉 スキムミルク 黒糖	507 457	
23	木	ミルク	ごはん	マーボー厚揚げ 春雨の中華和え たくあん むぎ茶	牛乳 ホットケーキ	厚揚げ ねぎ たら しいたけ 豚挽き肉 にんにく しょうが みそ 春雨 きゅうり 人参 ハム ごま コーン缶 たくあん ミックス粉 スキムミルク 卵 メーブルシロップ マーガリン	586 474	
24	金	むぎ茶 にんじん	わかめごはん	アジフライ 千切りキャベツ 金時豆 豚汁	牛乳 お菓子	アジフライ ソース キャベツ ソース 金時豆 大根 じゃがいも 人参 豆腐 豚肉 ねぎ みそ	530 403	
25	土				遠足			
27	月	ポカリ	ごはん	チキンソテー ごふさいも 春雨サラダ 牛乳	むぎ茶 やきそば	鶏肉 トマト缶 玉葱 にんにく ケチャップ じゃがいも 春雨 きゅうり ハム コーン缶 中華麺 キャベツ 豚肉 ソース	568 550	
28	火	ほうじ茶 ビスコ	ごはん	チンジャオロース みそポテト もやしときゅうりのサラダ わかめスープ	牛乳 豆腐マフィン	豚肉 緑・赤ピーマン 人参 菊 しょうが オイスターソース じゃがいも みそ もやし きゅうり ハム わかめ ねぎ しめじ ごま / ミックス粉 豆腐 卵	624 487	
29	水	やさいジュース	ごはん	さばのみぞれ煮 ひじき煮 キャベツとちくわのマヨ和え 牛乳	むぎ茶 ケーキ	さば 大根 しょうが ひじき しいたけ 人参 油揚げ キャベツ ちくわ マヨネーズ バター 卵 牛乳 小麦粉 スキム 生クリーム カラースプレー ビスクレット モロン	638 563	
30	木	ミルク	ごはん	どりの甘酢和え 厚揚げとしいたけの煮物 キャベツとツナのサラダ ほうじ茶	フルーチェ	鶏肉 玉葱 人参 ピーマン 厚揚げ しいたけ キャベツ きゅうり ツナ 和風ドレッシング フルーチェ バナナ 牛乳	508 414	
31	金	むぎ茶 きゅうり	ゆかりごはん	豚のしょうが焼き さっぱりマカロニサラダ スナックえんどう にらと卵のみそ汁	牛乳 お菓子	豚肉 玉葱 しょうが マカロニ 人参 きゅうり ハム スナックえんどう マヨネーズ にら 卵 ねぎ みそ	545 405	
今月の平均値		以上児: エネルギー: 567 Kcal 未満児: エネルギー: 471 Kcal		たんぱく質: 20.5 g たんぱく質: 16.8 g		脂質: 17.8 g 脂質: 13.9 g		*以上児

畑保育園

たんぱく質 E児	脂 質 下：未満児
27.4	14.8
20.9	10.5
25.3	18.2
19.1	12.8
14.3	16.1
12.3	15.4
17.0	16.3
16.1	11.7
16.8	17.1
12.3	12.7
20.1	24.0
17.9	17.7
23.9	22.9
21.4	16.5
27.7	21.3
21.0	17.4
16.0	14.5
13.6	12.5
20.8	19.5
16.0	14.7
15.9	15.1
11.4	11.1
14.7	15.2
12.1	12.4
20.8	11.9
15.5	10.5
18.8	13.1
16.6	11.4
19.1	19.4
18.2	14.3
26.6	15.0
20.8	11.0
20.3	17.6
15.8	14.2
21.2	22.5
15.7	18.2
24.0	24.7
20.1	20.7
19.7	16.9
18.4	12.4
24.1	17.8
17.7	13.3

注：食を入れた数値です。



