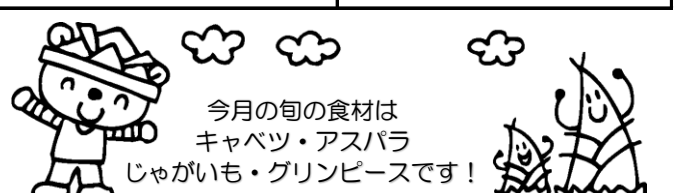


令和6年度		5月分献立表		
あおぞら 多摩平保育園				
日	曜	10時おやつ (乳児のみ)	お昼のメニュー	3時おやつ
1	水	ジョア	パン, タンドリーチキン, キャベツとトマトのサラダ, もやしのスープ, りんご	牛乳, いなり風混ぜご飯
2	木	麦茶, お菓子	菜飯, 鮭のレモンソースかけ, 花野菜サラダ, 鞠心のすまし汁(えのき) ゼリー(オレンジ)	牛乳, こいのぼりケーキ
7	火	麦茶, お菓子	わかめうどん, さつま芋の甘煮, 切干大根のサラダ, ヨーグルト	牛乳, 鶏ごぼうごはん
8	水	ジョア	御飯, さわらのもやしあんかけ, 小松菜のおかかあえ, お麩と大根のすまし汁 りんご	牛乳, お好み焼き
9	木	麦茶, お菓子	マーボーなす丼, 白菜とトマトの中華サラダ, 中華スープ(えのきと人参) バナナ	牛乳, イチゴパン
10	金	ヨーグルト	パン, ボークビーンズ, アスパラとチーズのおかかあえ かぶときのこのスープ, オレンジ	牛乳, お菓子
11	土	りんごジュース	鮭チャーハン, じゃが芋のチーズ焼き, 野菜スープ(キャベツ) ゼリー(ぶどう)	牛乳, お菓子, バナナ
13	月	りんごジュース	照り焼きチキンバーガー, 春雨サラダ, 豆乳スープ(白菜・えのき) ゼリー(もも)	麦茶, ヨーグルト(ぶどう) せんべい
14	火	麦茶, お菓子	御飯, かじきの煮つけ, ひじきとほうれん草のサラダ みそ汁(かぼちゃ・ねぎ), オレンジ	牛乳, マカロニのトマト煮
15	水	ジョア	★誕生日会★パセリライス, イタリアンハンバーグ, コールスローサラダ 玉ねぎとセロリのスープ, いちごゼリー	牛乳, パースデーケーキ
16	木	麦茶, お菓子	チャーシュー麺, 白菜とカニカマの中華サラダ, 大根スープ, バナナ	牛乳, 中華炊き込みおこわ
17	金	ヨーグルト	きりざい丼, じゃがいものそぼろあんかけ, 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) りんご	牛乳, しらすガーリック マヨトースト
18	土	りんごジュース	みそコーンラーメン, キャベツのサラダ, ゼリー(オレンジ)	牛乳, お菓子, バナナ
20	月	りんごジュース	カレーピラフ, トマトと水菜の味噌マヨサラダ, 豆腐スープ(ねぎ), バナナ	牛乳, あげばん(きな粉)
21	火	麦茶, お菓子	あんかけ焼そば, かぼちゃのゴマ風味, コンスープ(中華風) ヨーグルト	牛乳, ししじゅうし
22	水	ジョア	御飯, 韓国風焼きとり, ツナとさつまいものサラダ はるさめスープ(たまねぎ・わかめ), バナナ	牛乳, しらすチヂミ
23	木	麦茶, お菓子	パン, カレイのコーンマヨネーズ焼き, ほうれん草のカニカマサラダ 豆乳スープ(かぼちゃ), りんご	牛乳, 肉団子のもち米蒸し
24	金	ヨーグルト	ビーンズライス, きゃべつの味噌マヨ和え コンソメスープ(たまねぎ・いんげん), オレンジ	牛乳, ホットドッグ
25	土	りんごジュース	ウインナーピラフ, キャベツとコーンのサラダ, 豆腐スープ(わかめ) ヨーグルト	牛乳, お菓子, バナナ
27	月	りんごジュース	パン, 鶏肉と野菜のトマト煮, かぼちゃのチーズ焼き, ウインナースープ バナナ	牛乳, おにぎらず (カレーそぼろ)
28	火	麦茶, お菓子	御飯, 豚肉と大根の煮物, れんこんサラダ, すまし汁(麩・水菜) ゼリー(ぶどう)	牛乳, スイートポテト
29	水	ジョア	バーベキューチキンバーガー, マカロニサラダ, トマトスープ, オレンジ	牛乳, 味噌ポテト
30	木	麦茶, お菓子	御飯, 鮭の香り味噌焼き, ブロッコリーのカリカリサラダ 野菜と豆乳の和風スープ, バナナ	牛乳, お麩のラスク
31	金	ヨーグルト	なすのミートスパゲティ, 大根のフレンチサラダ, ポテトスープ, りんご	牛乳, 豆腐ドーナツ

一日の平均摂取量		エネルギー	たんぱく質
幼児	3~5歳児	586kcal	23.5g
乳児	1~2歳児	523kcal	21.1g



今月の旬の食材は
キャベツ・アスパラ
じゃがいも・グリーンピースです!

*発注の都合により、献立の内容を変更することがありますのでご了承ください。