



5月献立予定表



社会福祉法人佳水会 上野保育園

日	曜日	パン・ごはん・めん	おかず	デザート	午前おやつ(乳児)	午後おやつ	エネルギー	たんぱく質
1	月	中華丼	春雨ソテー(キャベツ)・中華風卵スープ	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・ドーナツ	613	19.2
2	火	ゆかりご飯	ポテトミートローフ・茹でブロッコリー・野菜スープ(キャベツ)	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・ロールケーキ	552	21.2
6	土	カレーうどん	もやしと豚肉のチャンプルー	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	579	20.4
8	月	ごま塩ごはん	魚の味噌焼き・五目ひじき・すまし汁(はんぺん)	フルーツ	リンゴジュース・ビスケット	牛乳・揚げパン	577	26.7
9	火	ごはん	なすと豚肉の炒め物・かぼちゃの煮物・味噌汁	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・あんドーナツ	585	19.9
10	水	タンメン	大根のうま煮	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・鮭おにぎり	558	21.4
11	木	カレーライス	醤油フレンチ・ネギ入りわかめスープ	フルーツ	リンゴジュース・ビスケット	牛乳・クッキー	596	20.2
12	金	肉味噌丼	切り干し大根と厚揚げの煮物・野菜スープ(しめじ)	フルーツ	牛乳・ビスケット	牛乳・蒸しパン(コーン)	600	23.1
13	土	わかめうどん	野菜炒め(キャベツ・ウインナー)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	488	17.8
15	月	鶏肉入りたけのこごはん	白身魚のフライ・青菜のおかか煮・味噌汁(だいこん・油揚げ)	フルーツ	リンゴジュース・ビスケット	牛乳・カップケーキ	580	20.3
16	火	ふりかけご飯	鶏の唐揚げ・キャベツのソテー(キャベツ・ブロッコリー)・豆腐のスープ	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・かりんとう	579	22
17	水	スパゲッティミートソース	じゃが芋のソテー(カレー風味)・野菜スープ(えのき・もやし)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・ジャムサンド	607	24
18	木	中華丼	春雨ソテー(キャベツ)・中華風卵スープ	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・ドーナツ	613	19.2
19	金	ゆかりご飯	ポテトミートローフ・茹でブロッコリー・野菜スープ(キャベツ)	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・ロールケーキ	552	21.2
20	土	カレーうどん	もやしと豚肉のチャンプルー	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	579	20.4
22	月	ごま塩ごはん	魚の味噌焼き・五目ひじき・すまし汁(はんぺん)	フルーツ	リンゴジュース・ビスケット	牛乳・揚げパン	577	26.7
23	火	ごはん	なすと豚肉の炒め物・かぼちゃの煮物・味噌汁	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・あんドーナツ	585	19.9
24	水	タンメン	大根のうま煮	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・鮭おにぎり	558	21.4
25	木	カレーライス	醤油フレンチ・ネギ入りわかめスープ	フルーツ	リンゴジュース・ビスケット	牛乳・クッキー	596	20.2
26	金	肉味噌丼	切り干し大根と厚揚げの煮物・野菜スープ(しめじ)	フルーツ	牛乳・ビスケット	牛乳・蒸しパン(コーン)	600	23.1
27	土	わかめうどん	野菜炒め(キャベツ・ウインナー)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	488	17.8
29	月	鶏肉入りたけのこごはん	白身魚のフライ・青菜のおかか煮・味噌汁(だいこん・油揚げ)	フルーツ	リンゴジュース・ビスケット	牛乳・カップケーキ	580	20.3
30	火	ふりかけご飯	鶏の唐揚げ・キャベツのソテー(キャベツ・ブロッコリー)・豆腐のスープ	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・かりんとう	579	22
31	水	スパゲッティミートソース	じゃが芋のソテー(カレー風味)・野菜スープ(えのき・もやし)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・ジャムサンド	607	24

※献立は、行事、食材購入の都合により変更することがあります。