

令和 6年 5 月 献 立 表

確認サイン
月 日

みずはし保育園

日	曜	献 立 名					エネルギー (kcal)		蛋白質 (g)		脂質 (g)			
		3歳未満児のみ AMおやつ	主 食	副 食	飲み物	PMおやつ	未満時	以上児	未満時	以上児	未満時	以上児		
1	水	サッポロポテト	ご飯	鶏肉のパン粉焼き のっぺい汁	切り干し大根サラダ	みかん缶	牛乳	きな粉蒸しパン 麦茶	495	503	19.7	21.3	14.8	14.1
2	木	白い風船	お稲荷さん	えびカツ すまし汁	ミニサラダ	ゼリー	牛乳	ロールケーキ 麦茶	478	518	15.9	17.3	15.1	15.8
7	火	味しらべ	ごはん	煮込みハンバーグ みそ汁	キャベツのサラダ	パイ缶	牛乳	マカロニのあべかわ 麦茶	474	484	15.0	16.4	12.1	12.5
8	水	かっぱえびせん	焼きそば	スープ	ツナサラダ	オレンジ	牛乳	おにぎり 麦茶	446	508	15.8	20.0	10.3	14.5
9	木	ハーベスト	ご飯	松風焼き スープ	マヨぼんサラダ	黄桃缶	牛乳	ジャムサンド 麦茶	544	586	22.0	25.2	18.9	19.9
10	金	せんべい	食パン	オムレツ スープ	スパゲッティサラダ	ゼリー	牛乳	ライスピザ 麦茶	450	493	13.6	16.4	10.4	12.0
11	土	クラッカー	鶏そぼろ丼	サラダ スープ		フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	466	558	23.0	26.2	10.2	16.3
13	月	ベジたべる	ご飯	豚肉の生姜焼き みそ汁	キャベツのサラダ	オレンジ	牛乳	ラスク 麦茶	453	470	16.6	17.2	14.8	17.0
14	火	白い風船	カレーライス	春雨サラダ スープ		ゼリー	牛乳	チーズトースト 麦茶	510	543	15.0	16.0	18.0	18.7
15	水	味しらべ	わかめご飯	鶏肉のから揚げ みそ汁	マカロニサラダ	グレープフルーツ	牛乳	フルーチェ 麦茶	508	526	17.2	18.8	18.7	21.4
16	木	サッポロポテト	ご飯	魚のマヨ焼き すまし汁	肉じゃが	黄桃缶	牛乳	マーレド蒸しパン 麦茶	482	534	17.1	19.8	9.2	12.9
17	金	ハーベスト	ご飯	麻婆豆腐 スープ	海藻サラダ	みかん缶	牛乳	揚げパン風 麦茶	608	659	22.9	25.5	21.5	23.7
18	土	クラッカー	ご飯	手作りハンバーグ スープ	サラダ	フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	547	619	25.6	29.3	19.0	22.9
20	月	せんべい	豚丼	ツナサラダ みそ汁		オレンジ	牛乳	きな粉トースト 麦茶	456	519	16.4	19.2	16.3	19.5
21	火	かっぱえびせん	食パン	チキンナゲット スープ	花野菜サラダ	ゼリー	牛乳	おにぎり 麦茶	425	496	16.0	20.0	11.4	14.7
22	水	白い風船	ご飯	鯖のごま味噌煮 すまし汁	さつま揚げの煮物	パイ缶	牛乳	アイスクリーム 麦茶	482	510	19.5	19.6	18.1	18.0
23	木	味しらべ	ハヤシライス	フレンチサラダ スープ		黄桃缶	牛乳	お好み焼き 麦茶	503	514	14.0	16.3	17.5	19.3
24	金	ベジたべる	サラダうどん	竹の子とひじきの煮物		バナナ	牛乳	おにぎり 麦茶	474	535	19.2	21.0	12.6	14.9
25	土	クラッカー	ドライカレー	サラダ スープ		フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	504	547	18.6	19.7	13.4	14.7
27	月	せんべい	ご飯	親子煮 みそ汁	ポテトサラダ	オレンジ	牛乳	シュガートースト 牛乳	481	500	18.3	19.9	17.3	17.4
28	火	サッポロポテト	ビビンバ丼	れんこんサラダ スープ		みかん缶	牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	422	542	15.5	17.0	13.5	24.1
29	水	ハーベスト	ミートスパゲティ	ポトフ		ゼリー	牛乳	クッキー 麦茶	512	537	16.6	18.5	19.3	18.4
30	木	かっぱえびせん	ご飯	モロの竜田揚げ みそ汁	カラフルサラダ	パイ缶	牛乳	ココア蒸しケーキ 麦茶	508	521	19.5	23.2	12.3	13.1
31	金	白い風船	家庭弁当の日				牛乳	パウムクーヘン 麦茶						



裏面は「給食だより」です。食育、地産地消
...
どうぞご覧ください。

