



令和5年5月 献立表

認定こども園 新倉幼稚園

日付	献立名		栄養価	日付	献立名		栄養価
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)			昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	
1月	ご飯 コーンコロッケ 花野菜ささみ和え にんじんとピーマンのきんぴら 味噌汁(豆腐・わかめ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎オレンジゼリー	エネルギー 510kcal たんぱく質 17.8g 脂質 13.0g 炭水化物 88.0g 塩分 1.4g	18日 木	玄米ご飯 三色そばろ井 花野菜のもち麦サラダ けんちん汁 牛乳	○マンナビスケット ◎麩のラスク(きな粉)	エネルギー 523kcal たんぱく質 23.4g 脂質 20.5g 炭水化物 65.9g 塩分 1.4g
2日 火	玄米ご飯 切り干し大根のオムレツ 肉じゃが 魚肉ソーセージとマカロニ炒め 味噌汁(もやし、しめじ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎チーズトースト	エネルギー 532kcal たんぱく質 21.2g 脂質 15.3g 炭水化物 83.2g 塩分 1.7g	19日 金	バターロール かぼちゃのキンシュ マカロニサラダ お楽しみゼリー ミネストローネ 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎わかめごまおにぎり	エネルギー 588kcal たんぱく質 20.8g 脂質 20.9g 炭水化物 84.2g 塩分 1.8g
8日 月	ご飯 ポークカレー ブロッコリーと卵のサラダ ストロベリーパバロア 牛乳	○お野菜せんべい ◎キャロット蒸しパン	エネルギー 621kcal たんぱく質 23.6g 脂質 19.5g 炭水化物 95.3g 塩分 1.5g	22日 月	醤油ラーメン 野菜炒め しゅうまい パン缶 牛乳	○お野菜せんべい ◎ホットケーキ	エネルギー 570kcal たんぱく質 19.9g 脂質 15.9g 炭水化物 96.9g 塩分 1.7g
9日 火	玄米ご飯 たらの煮つけ キャベツとささみのサラダ きゅうりとえのきの酢の物 味噌汁(大根、人参) 牛乳	○たべっこ動物 ◎バナナ	エネルギー 500kcal たんぱく質 22.2g 脂質 14.4g 炭水化物 74.5g 塩分 1.6g	23日 火	玄米ご飯 鶏のから揚げ なすのナポリタン ほうれん草とにんじんごま和え 味噌汁(じゃがいもと玉ねぎ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎蒸しパン	エネルギー 650kcal たんぱく質 20.7g 脂質 19.4g 炭水化物 103.0g 塩分 1.5g
10日 水	玄米ご飯 チキンのトマト煮 粉ふき芋 ほうれん草とコーンのソテー もち麦スープ(キャベツ、ウインナー) 牛乳	○ほしたべよ ◎米粉とお豆腐のココア ケーキ	エネルギー 585kcal たんぱく質 19.8g 脂質 18.4g 炭水化物 91.8g 塩分 1.8g	24日 水	お弁当	○ほしたべよ ◎今川焼(カスタード)	
11日 木	玄米ご飯 肉豆腐 もやしとピーマンカレー炒め オレンジ 味噌汁(ほうれん草とえのき) 牛乳	○マンナビスケット ◎ピザトースト	エネルギー 510kcal たんぱく質 23.4g 脂質 16.9g 炭水化物 71.2g 塩分 1.4g	25日 木	玄米ご飯 タラのコーンマヨネーズ焼き さつま芋のレモン煮 トマトの和え物 味噌汁(麩、わかめ) 牛乳	○マンナビスケット ◎牛乳寒天	エネルギー 547kcal たんぱく質 23.3g 脂質 13.4g 炭水化物 89.4g 塩分 1.4g
12日 金	玄米ご飯 ほっけ塩焼き かぼちゃサラダ ひじきと大豆の煮物 味噌汁(大根、しめじ) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎キャラメルプリン	エネルギー 501kcal たんぱく質 22.8g 脂質 16.8g 炭水化物 72.6g 塩分 1.3g	26日 金	キャロットパン ブロッコリーとベーコンのオムレツ ポテトサラダ バナナ コンソメスープ(キャベツ、にんじん) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎お好み焼き(豆腐)	エネルギー 561kcal たんぱく質 21.1g 脂質 21.9g 炭水化物 77.7g 塩分 1.8g
15日 月	ご飯 白身魚フライ 厚揚げと大根の煮物 キャベツときゅうりの浅漬け 味噌汁(麩、長ねぎ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎マスカットゼリー	エネルギー 540kcal たんぱく質 23.5g 脂質 14.6g 炭水化物 83.7g 塩分 1.4g	29日 月	ご飯 メンチカツ アスパラとじゃがいもカレー炒め 切り干し大根の煮物 たまごスープ(卵、長葱) 牛乳	○お野菜せんべい ◎ジャムサンド	エネルギー 608kcal たんぱく質 24.0g 脂質 18.2g 炭水化物 94.1g 塩分 1.9g
16日 火	玄米ご飯 豚肉の生姜焼き カリフラワーのカレーソテー 青のりポテト 味噌汁(豆腐・わかめ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎焼きそば	エネルギー 529kcal たんぱく質 21.6g 脂質 16.2g 炭水化物 81.7g 塩分 1.4g	30日 火	玄米ご飯 おこさまピザンバ 中華スープ(水菜、豆腐、人参) お誕生日ケーキ 牛乳	○たべっこ動物 ◎ベイクドカレーポテト	エネルギー 581kcal たんぱく質 21.2g 脂質 21.5g 炭水化物 83.5g 塩分 1.8g
17日 水	玄米ご飯 さばの煮つけ 豚肉とキャベツみそ炒め 切り干し大根のごま和え すまし汁(水菜、なると、しいたけ) 牛乳	○ほしたべよ ◎バナナ	エネルギー 511kcal たんぱく質 20.7g 脂質 15.1g 炭水化物 78.8g 塩分 1.8g	31日 水	玄米ご飯 さばの生姜醤油 高野豆腐の煮物 ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁(キャベツ、しめじ) 牛乳	○ほしたべよ ◎ぶどうゼリー	エネルギー 509kcal たんぱく質 21.9g 脂質 18.9g 炭水化物 69.9g 塩分 1.3g

花まつり給食

誕生日会

仕入れの都合等で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。