



# 5月 給食献立表

## (3~5歳児)



令和5年5月1日  
 幼保連携型認定こども園  
 中央文化保育園  
 園長 町田 美智子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	エネルギー (kcal)
1 月	たまごサンド・タンドリーチキン・ポパイソテー・牛乳	食パン 鶏卵 鶏もも肉 ほうれん草 コーン ベーコン	おかし ヨーグル ジョイ	434
2 火	ごはん・さつまいもシチュー・チーズスパゲッティーサラダ・白ぶどうジュース	鶏もも肉 さつまいも 人参 玉ねぎ スパゲッティー コーン	お米deバナナの スティックケーキ 牛乳	504
3 水	<b>憲 法 記 念 日</b>			
4 木	<b>み ど り の 日</b>			
5 金	<b>こ ど も の 日</b>			
6 土	ごはん・いり豆腐・かぼちゃのそぼろ煮・わかめのみそ汁	木綿豆腐 油揚げ かぼちゃ 鶏挽肉 塩蔵わかめ もやし	おかし 牛乳	348
8 月	ごはん・ウインナーカレー・わかめの酢の物・ジョア	ウインナー じゃがいも 人参 玉ねぎ 塩蔵わかめ きゅうり	ボンデケージョ 牛乳	511
9 火	チョコサンド・カラフルオムレツ・さつまいものコロコロサラダ コンソメジュリアン	食パン 鶏卵 チーズ 豚挽肉 さつまいも 魚肉ソーセージ	おかし りんご ジュース	405
10 水	☆いもうえの日 じゃがいもメニュー ふりかけごはん・じゃがいものカントリー煮・白菜の塩昆布和え・はんぺんのみそ汁	豚もも肉 じゃがいも 人参 白菜 ちくわはんぺん もやし	おかし 牛乳	337
11 木	五目うどん・魚肉ソーセージの春巻き・元気ヨーグルト	うどん 魚肉ソーセージ 鶏もも肉 大根 ほうれん草	スイーツ ブレッド 牛乳	366
12 金	ビビンバ丼・里芋のおかか和え・ワンタンスープ	豚肩ロース肉 錦糸卵 人参 里芋水煮 チンゲン菜	りんご 麦茶	417
13 土	ごはん・肉豆腐・チンゲン菜の納豆和え・かき玉みそ汁	豚肩ロース肉 焼き豆腐 納豆 チンゲン菜 鶏卵 えのき	おかし 牛乳	371
15 月	ごはん・チキンブラウンシチュー・春雨の甘酢和え・野菜ジュース	鶏もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 春雨 ツナフレーク	おかし 牛乳	492
16 火	バターロール・ツナポテトグラタン・キャベツのコールスロー・ミネストローネ	バターロール じゃがいも ツナフレーク キャベツ トマト缶	かぼちゃ餅 牛乳	315
17 水	納豆ごはん・かれのいのバターしょうゆ焼き・うの花の炒り煮・なめこ汁	納豆 かれい切身 おから ひじき なめこ 白菜 大根	おかし 麦茶	333
18 木	《誕生会》 枝豆ごはん・こいのほりハンバーグ・小松菜のごま和え 花麩のみそ汁・りんごゼリー	枝豆 ハンバーグ 小松菜 花麩 魚肉ソーセージ 大根	ロールケーキ 牛乳	350
19 金	みそラーメン・蒸しギョーザ・ソファール	中華麺 なたと 豚挽肉 キャベツ 人参 ギョーザ	チョコチップ メロンパン 牛乳	398
20 土	ごはん・和風きんぴら包み焼き・すき昆布の炒め煮・高野豆腐のみそ汁	和風きんぴら包み焼き 人参 すき昆布 糸こん 高野豆腐	おかし 牛乳	318
22 月	ごはん・パンプキンシチュー・チーズマカロニサラダ・ぶどうジュース	鶏もも肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ チーズ マカロニ	おかし 牛乳	487
23 火	クロワッサン・はんぺんチーズフライ・白菜のジュリアンサラダ・ポトフ	クロワッサン 白菜 ロースハム はんぺんチーズフライ	おかか おにぎり 麦茶	320
24 水	<b>春 の 遠 足 お弁当の日です</b>			おかし 牛乳
25 木	ナポリタン・ふわ玉中華スープ・キラキラヨーグルト	スパゲッティー ウインナー 鶏卵 キャベツ えのき	シフォン ケーキ 牛乳	336
26 金	ごはん・麻婆豆腐・さつまいもの甘煮・油揚げのみそ汁	木綿豆腐 鶏挽肉 油揚げ さつまいも もやし 小松菜	おかし いちご オレ	384
27 土	ごはん・お好み焼き風卵焼き・ひじきの炒め煮・豆腐のみそ汁	鶏卵 キャベツ ちくわ ひじき 糸こん 木綿豆腐	おかし 牛乳	322
29 月	ごはん・チーズカレー・もやしのさっぱり和え・オレンジジュース	チーズ 豚もも肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 もやし	いちご ババロア 麦茶	482
30 火	ピザトースト・ブロッコリーの彩りサラダ・コーンポタージュ・バナナ	食パン とろけるチーズ ブロッコリー コーン 鶏もも肉	おかし 牛乳	412
31 水	ごはん・さばの竜田揚げ・切り干し大根のハリハリサラダ・せんべい汁	さば切身 切干大根 カニカマ せんべい 白菜 こぼろ 糸こん	型抜きチーズ マスカット ジュース	463

〈ねらい〉

・三色食品群について知り、栄養バランスよく食べる。

※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。