

令和5年 5月分 3歳以上児献立

玉成幼稚園（にじのへや）

1日(月) ごはん/さばのみそてりやき/はるきやべつのりあえ/やさいのばたーいため/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	19日(金) しょくぱん/ばーべきゅーちきん/ごぼうさらだ/かぼちやのみるくに/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
2日(火) ごはん/とうふはんぱーぐ/とまと・きゅうり/きりぼしだいこんのにつけ/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	20日(土) ごはん/しおにくじゃが/やさいのしらすあえ/みそしる/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
6日(土) ごはん/しおにくじゃが/やさいのしらすあえ/みそしる/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	22日(月) ごはん/さわらのたつたあげ/そくせきづけ/ふかしいも/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
8日(月) ごはん/さわらのたつたあげ/そくせきづけ/ふかしいも/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	23日(火) ごはん/とりにくのねぎみそいため/ぼてとさらだ/ちやぶちえ/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
9日(火) ごはん/とりにくのねぎみそいため/ぼてとさらだ/ちやぶちえ/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	24日(水) かれーrais/つなさらだ/きのこすーぷ/くだもの [おやつ] まかろにあべかわ/ぎゅうにゅう
10日(水) かれーrais/つなさらだ/きのこすーぷ/くだもの [おやつ] まかろにあべかわ/ぎゅうにゅう	25日(木) ごはん/ちんじゃおろーすー/ちんげんさいのちゅうかあえ/こふきいも/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
11日(木) ごはん/ちんじゃおろーすー/ちんげんさいのちゅうかあえ/こふきいも/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	26日(金) じゃむさんど/さけのぱんこやき/ふれんちさらだ/むしぶろっこりー/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
12日(金) じゃむさんど/さけのぱんこやき/ふれんちさらだ/むしぶろっこりー/くだもの [おやつ] ★/牛乳	27日(土) ごはん/とりにくのさっぱりにおかかあえ/みそしる/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
13日(土) ごはん/とりにくのさっぱりにおかかあえ/みそしる/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	29日(月) ごはん/さばのしおやき/はるさめすーぷ/やさいのおいすたーいため/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
15日(月) ごはん/さばのみそてりやき/はるきやべつのりあえ/やさいのばたーいため/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	30日(火) ごはん/とりにくのしょうがやき/まかろにさらだ/おくらちーず/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
16日(火) ごはん/とうふはんぱーぐ/とまと・きゅうり/きりぼしだいこんのにつけ/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	31日(水) じゃーじゃーめん/ころころさらだ/もやしすーぷ/くだもの [おやつ] おこわにぎり/ぎゅうにゅう
17日(水) じゃーじゃーめん/ころころさらだ/もやしすーぷ/くだもの [おやつ] そらまめおにぎり/ぎゅうにゅう	エネルギー:555 kcal たんぱく質 :20.6 g 脂 質:18.9 g 食塩相当量:1.5 g
18日(木) ごはん/なまあげとこんさいのにも/ひじきのごまあえ/ういんなーそてー/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、メロン、柑橘類から提供します。

◎★印は市販のおやつを提供します。

◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。

【原材料】

食パン・・・・・・小麦粉 太白ごま油 天然酵母 塩 砂糖

中華めん・・・・・・小麦粉 食塩 貝殻カルシウム