


# 令和5年 5月 献立表

えるむの森認定こども園

4月28日発行

花組

月	火	水	木	金	土
1 ミルクボール 人参のポタージュ チキンピカタ マカロニサラダ パイ 昆布おかかおにぎり 麦茶	2 ごはん 味噌汁 赤魚の煮魚 かぼちゃのごま和え オレンジ りんごマフィン 牛乳	3   <b>憲法記念日</b>	4   <b>みどりの日</b>	5   <b>こどもの日</b>	6 スパゲティナポリタン 麦茶 りんご  パンケーキ 牛乳
8 大豆と豚肉のカレー ほうれん草のスープ ツナサラダ オレンジ 青のり麩ラスク 牛乳	9 ごはん ひじきの味噌汁 たらのみそマヨネーズ焼き 小松菜の納豆和え パイ ココアミルクゼリー 牛乳	10 塩ラーメン 大学芋 麦茶 バナナ シュガーバターパン 牛乳	11 豚丼 味噌汁 白菜土佐和え キウイ 人参ケーキ 牛乳	12 ごはん 清汁 味噌カツ 切干大根サラダ りんご 小魚とクラッカー 牛乳	13 ジャージャー麺 牛乳 バナナ わかめおにぎり 麦茶
15 ごはん 中華スープ マーボー豆腐 春雨サラダ オレンジ スイートパンプキン 牛乳	16 クロワッサン コーンチャウダー チーズ入りスクランブルエッグ ブロッコリーサラダ キウイ 焼きそば 牛乳	17 ごはん 味噌汁 ほっけの照り焼き 生揚げの味噌炒め パイ おからチョコブラウニー 牛乳	18 大豆入りじゃこ御飯 味噌汁 鶏肉の南部焼 もやしのなめ茸和え りんご きなこマカロニ 牛乳	19 ごはん オニオンスープ ポパイミートローフ かぼちゃサラダ オレンジ アメリカンドッグ 牛乳	20 きのこクリームスパゲティ 麦茶 バナナ ベルギーワッフル 牛乳
22 ハヤシライス チンゲン菜スープ コールスローサラダ りんご ヨーグルトケーキ 牛乳	23 おから入り卵丼 味噌汁 小松菜の磯辺和え オレンジ パリパリラスク 牛乳	24 ごはん 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 豆腐サラダ キウイ ゼリーフルーチェ 牛乳	25 ごはん さつま芋汁 豚肉の生姜炒め 切干大根ごま酢和え パイ ココアちんすこう 牛乳	26 ごはん 味噌汁 かれいの唐揚げ ひじきの炒め煮 りんご ミルクもち 牛乳	27 あんかけ焼きそば 牛乳 バナナ 麦茶 おかかおにぎり 麦茶
29 いりこ菜めし御飯 つみれ汁 炒り豆腐 インゲンのおかか和え オレンジ 芋もち 牛乳	30 ごはん 清汁 さばの塩焼き 炒め納豆 りんご プリン 牛乳	31 五目うどん 厚揚げステーキ 麦茶 バナナ パンプディング 牛乳			

(3才未満児)エネルギー 474 kcal たんぱく質 18.3 g

(以上児)エネルギー 532 kcal たんぱく質 21.4 g

※都合により献立を変更させていただくことがありますのでご了承下さい。何かご心配、お気づきの点などございましたら、お知らせ下さい。