

令和3年5月 保育園・認定こども園給食予定献立



曜日	日	午前おやつ (3歳未満児)	昼食		午後おやつ	
			主菜	副菜		
月	10 24	せんべい 牛乳	五目卵焼き	スティック野菜 (きゅうり・にんじん) 青菜のすまし汁	フライドマカロニ 牛乳 (0・1歳児 薄焼き)	
火	11 25	オレンジ お茶	レバーのみそ煮	温野菜 (きゃべつ・人参) 豆腐のスープ	フルーツヨーグルト クラッカー	
水	12 お楽しみ献立	ヨーグルト お茶	鶏のあんずしょうゆ焼き	ひじきサラダ	蛋花湯 (タフアータ)	バナナケーキ お茶
	26		ツナカレー	わかめときゅうりの 酢の物	バナナ	枝豆せんべい お茶
木	13 27	バナナ お茶	新じゃがの炒め煮	かぶのみそ汁	いちごクレープ(0・1歳児:せんべい) 13日:お茶/27日:こども麦茶	
金	14 28	ビスケット お茶	さばの塩焼き	切り干し大根の煮物 キャベツのすまし汁	フレンチトースト 牛乳100ml	
土	1 15 29	クラッカー 牛乳	トーフミールの炒め煮	わかめスープ	甘辛せんべい 牛乳	
月	17 31	せんべい お茶	ちくわのごま揚げ	マカロニサラダ	チンゲンサイのスープ	チーズクッキー 牛乳100ml
火	18	オレンジ お茶	凍り豆腐の卵とじ	中華スープ	チーズ	いちごジャムマフィン 牛乳100ml
水	19 食育の日	ヨーグルト お茶	タンドリーチキン	ココロサラダ	わかめと野菜のみそ汁	フルーツゼリー せんべい
木	6 20	6日:せんべい 20日:バナナ お茶	鮭のパン粉焼き	春雨サラダ	じゃがいもの すまし汁	和風スパゲティ お茶
金	7 やさいの日 21	ビスケット お茶	チリコンカン	きゃべつのスープ		焼きおにぎり 牛乳100ml
土	8 22	クラッカー 牛乳	厚揚げのみそ炒め	野菜たっぷりスープ		揚げせんべい 牛乳

食育のテーマ「食事のマナー」
 食事のマナーを知り、家族やお友達と楽しく、気持ちよくご飯を食べよう！

- * 食事の時にしっかりとあいさつはできるかな？
～いただきます・ごちそうさまを言えるかな？～
- * 食器を正しく置くことができるかな？
～お茶碗・お汁のお椀は右と左どっちに置くのかな？～
- * お茶碗やお箸は正しく持てるかな？
～きれいに持って食べられるとカッコいいよ！～
- * 食べているときの姿勢はきれいかな？
～足は床について背筋は伸びているかな？机にひじはついていないかな？～

	3歳以上児 (幼稚園児)		3歳未満児	
	5月分	給与 目標	5月分	給与 目標
熱量 (kcal)	373 (210)	390 (200)	482	490
たんぱく質 (g)	17.6 (12.6)	18.5 (11.5)	17.7	18.4
脂質 (g)	16.0 (9.4)	15.5 (10.4)	14.4	13.6
カルシウム (mg)	196 (80)	230 (100)	190	210
食塩 (g)	1.8 (1.4)	1.6 (1.2)	1.4	1.5

*3歳未満児の主食はごはんです

*幼稚園部門(1号認定)のお子さんは昼食のみの提供です