宇都宮保育園

5月献立表　幼児組

日	曜	献　立　名	３時おやつ	幼　児			
				エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
2	月	ちまき風おにぎり こいのぼりハンバーグ 大根サラダ キャベツのみそ汁	ミニたい焼き 牛乳	504	24.2	18.4	2.4
6	金	ごはん 高野豆腐の卵とじ たけのこの土佐煮 ブロッコリーチーズサラダ 黄桃缶 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	527	23.9	18	1.5
7	土	肉うどん 魚河岸揚げ煮 バナナ 牛乳	おかし ジュース	520	17.3	18.6	1.6
9	月	ごはん 鶏肉の梅煮 切り昆布煮 キャベツのツナマヨ和え トマト 牛乳	オレンジゼリー せんべい 麦茶	526	30.3	17.8	1.6
10	火	ごはん 厚揚げのそぼろあんかけ さつまいもの天ぷら チーズサラダ 豚汁	フルーツコーンフレーク 麦茶	599	20.8	18.9	1.7
11	水	ごはん 鰆の西京焼き けんちん炒め かんぴょうのごま酢和え バナナ 牛乳	ヨーグルトケーキ 麦茶	597	26.1	20.3	1.2
12	木	ソース焼きそば しゅうまい チンゲン菜のナムル 牛乳	みそ焼きおにぎり 麦茶	561	21.6	17.1	1.9
13	金	ごはん チャプチェ かぼちゃの甘煮 バンバンジー わかめスープ	マシュマロサンドクラッカー 牛乳	567	25.6	16.7	1.5
14	土	しょうゆラーメン 蒸し餃子 ブロッコリーサラダ 牛乳	ゼリー せんべい 麦茶	503	20.3	14.5	2.0
16	月	ミートスパゲッティ イカリングフライ ほうれん草の磯和え 牛乳	たけのこごはんおにぎり 麦茶	581	24.9	19.2	1.9
17	火	ごはん キスのから揚げ たまごやき レンコンサラダ トマト 牛乳	プリン ココアウエハース 麦茶	538	22.6	18.7	1.2
18	水	ごはん 焼き肉 魚河岸揚げみぞれ煮 はくさいサラダ じゃがいものみそ汁	スイートポテト 牛乳	634	23.9	26.2	1.8
19	木	ツナカレー ミートボール じゃこサラダ 牛乳	ケーキ オレンジ 麦茶	587	23.9	20.3	2.1
20	金	ごはん 家常豆腐 ひじきの炒り煮 キャベツの中華ごま和え 中華コーンスープ	おからガトーショコラ 牛乳	628	27.0	23.2	1.6
21	土	けんちんうどん 肉団子 バナナ 牛乳	スティックケーキ ジュース	543	20.0	16.9	2.1
23	月	ごはん ひじき入り卵焼き 魚肉ソーセージソテー キャベツの浅漬け グレープフルーツルビー 牛乳	お好み焼き 麦茶	510	21.7	17.1	2.0
24	火	ごはん 照り焼きチキン カレービーフン マセドアンサラダ トマト 牛乳	イチゴババロア アスパラビスケット 麦茶	574	24.7	18.0	1.2
25	水	ロールパン ミニコロッケ キャベツソテー さつまいものシチュー	おかかごまおにぎり 麦茶	505	16.7	15.3	2.0
26	木	ごはん チーズ入りハンバーグ ブロッコリー ゴールドキウイ ミネストローネ	ホットケーキ 牛乳	616	26.2	21.2	1.5
27	金	ごはん 鮭の胡麻マヨ焼 肉じゃが 五色和え なめこのみそ汁	ヨーグルトコーンフレーク 麦茶	517	22.8	16.7	1.9
28	土	野菜タンメン しゅうまい 黄桃缶 牛乳	おかし ジュース	548	20.6	18.8	1.5
30	月	ごはん 豆腐の変わり揚げ オクラ納豆和え スパゲティサラダ 牛乳	ミルクトースト 麦茶	661	26.9	23.9	1.3
31	火	ハヤシライス アスパラチーズサラダ オレンジ 牛乳	ピーチゼリー せんべい 麦茶	531	26.8	17.2	1.4
			5月平均（土曜日除く）	566	24.2	19.2	1.7

※　使用食材は、国の安全基準に沿ったものを入荷、納入しております。
※　食材の入荷状況により、メニュー内容が一部変更となる場合がございます。
※　アレルギーのあるお子様にはアレルギー対応食で提供させていただいております。
※　令和4年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：470kcalタンパク質：18g）幼児（エネルギー：570kcalタンパク質：20g）