

# 5月 ようちえんのおべんとう



れいわ5ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

1 げつ  
やわらかイカてんぷら  
わふうスパ  
たけのこしゅうまい  
コンソメポテト  
ほしがたしんじょうに  
フルーツ  
**おかかごはん**  
424kcal/10.2g

2 か  
ローストチキン  
タイふうやきそば  
あげぎょうざ  
にんじんとコーンの  
カレーいため  
フルーツ  
**しろごはん**  
427kcal/11.9g

3 すい  
**けんぼうきねんび**

4 もく  
**みどりのひ**

5 きん  
**こどものひ**

8 げつ  
カニクリームコロッケ  
ミートスパ  
やさいのしらあえ  
とりつくね  
フルーツ  
**しろごはん**  
422kcal/10.5g

9 か  
ポパイカレー  
にんじんしりしり  
しゅうまい  
エビフリッター  
フルーツ  
**しろごはん**  
401kcal/11.5g

10 すい  
ぶたにくのしょうがやき  
チンゲンさいソテー  
コーンのつまみあげ  
ソーセージ  
たこやき  
フルーツ  
**しろごはん**  
414kcal/11.6g

11 もく  
とんかつ  
やきそば  
あつやきたまご  
タコウイナー  
ブロッコリー  
フルーツ  
**おにぎり**  
407kcal/10.6g

12 きん  
ハンバーグ  
マカロニソテー  
にんじんグラッセ  
アンパンマンポテト  
あおないため  
フルーツ  
**しろごはん**  
433kcal/9.6g

15 げつ  
テリヤキチキン  
パセリスパ  
とうふナゲット  
えだまめとコーンのグラッセ  
ミートボール  
フルーツ  
**ふりかけごはん**  
417kcal/13.8g

16 か  
コーンいりそぼろどん  
こまつないため  
かぼちゃのてんぷら  
がんもに  
フルーツポンチ  
**しろごはん**  
414kcal/12.9g

17 すい  
ポークハヤシ  
マカロニソテー  
ベビーバターコロッケ  
フルーツ  
**しろごはん**  
415kcal/9.1g

18 もく  
とりにくのからあげ  
ナポリタン  
ちぐさやき  
だいこんグラッセ  
にんじんさつま  
フルーツ  
**しろごはん**  
408kcal/11.9g

19 きん  
コーンコロッケ  
やきビーフン  
ごもくまめに  
モロッコいんげん  
ウイナー  
フルーツ  
**うさぎのりごはん**  
405kcal/9.9g

22 げつ  
メンチカツ  
やさしいため  
きんちゃくに  
こふきいも  
ソーセージさつまあげ  
フルーツ  
**しろごはん**  
413kcal/10.5g

23 か  
チキンピカタ  
フライドポテト  
ポークチャップ  
フルーツ  
**しろごはん**  
429kcal/14.3g

24 すい  
ケチャップハンバーグ  
コーンソテー  
トマトさつま  
ベーコンとあおないため  
エビフリッター  
フルーツ  
**さけごはん**  
401kcal/10.7g

25 もく  
エンゼルカレー  
エビフライ  
えだまめのグラッセ  
やきとり  
ふかしいも  
フルーツ  
**しろごはん**  
439kcal/12.0g

26 きん  
とりにくのからあげ  
やきそば  
あつやきたまご  
タコウイナー  
ブロッコリー  
フルーツ  
**おにぎり**  
413kcal/11.3g

29 げつ  
とりにくの  
かぼちゃクリームに  
イカリングフライ  
ビーフンソテー  
フルーツ  
**しろごはん**  
404kcal/12.4g

30 か  
ミートマカロニ  
コーンサラダ  
フランクフルト  
にんじんグラッセ  
フルーツ  
ミルクパン/やさいコロッケ  
**しろごはん**  
377kcal/10.3g

31 すい  
チンジャオロース  
きりぼしだいこんの  
ちゅうかあえ  
おからポテト  
さくらしゅうまい  
フルーツ  
**しろごはん**  
423kcal/10.7g

★カロリー量とタンパク質量は(kcal/g)で表記しております。

★魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

★迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前を記入を必ずお願い致します！

★練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのでご安心してお召し上がりいただけます。

★おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。

今月の食材 主な産地			
キャベツ	愛知	りんご	青森
人参	徳島	オレンジ	オーストラリア
大根	千葉	鶏肉	ブラジル
米	青森・石川	豚肉	カナダ

