



# 2022年度 5月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	日				
2	月	せんべい 牛乳	★こいのぼりハヤシライス むらくも汁 うさぎりんご★	★かぶとの包み揚げ 牛乳★	ドーナツ ほうじ茶
3	火		けんぽうきねんび 憲法記念日		
4	水		みどりの日		
5	木		こどもの日		
6	金	ウエハース ほうじ茶	ミルクパン ホワイトシチュー わかめサラダ パイン	ひじきチャーハン ほうじ茶	ドーナツ ほうじ茶
7	土	ビスケット 牛乳	とうにゅう 豆乳みそラーメン パンプキンサラダ バナナ	しそ風味おにぎり 牛乳	
8	日				
9	月	せんべい アップルジュース	ごはん 鱈のごま照り焼き 切り干し大根の煮物 かき玉汁 パイン	焼きビーフン ほうじ茶	せんべい 牛乳
10	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 麻婆豆腐 中華スープ バナナ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
11	水	ビスケット ほうじ茶	ツナスパゲティー ブロッコリー和え ポトフスープ オレンジ	いまがわやき 牛乳	ビスケット カルピス
12	木	せんべい のむヨーグルト	むぎ 麦ごはん はんぺんのチーズ揚 ハムサラダ ミネストローネ バナナ	モダン焼き ほうじ茶	ポーロ ほうじ茶
13	金	ウエハース ほうじ茶	こくとう 黒糖パン 鮭のムニエル スナップエンドウのサラダ ミルクスープ オレンジ	こんぶ だいず 昆布と大豆のまぜごはん 牛乳	せんべい ほうじ茶
14	土	ポーロ 牛乳	ちゅうかどん 中華丼 わかめスープ パイン	ミニあんパン 牛乳	
15	日				
16	月	ビスケット 牛乳	ごはん 鰯のピカタ ひじきに煮物 豚汁 キウイフルーツ	ココア蒸しパン 牛乳	クッキー ほうじ茶
17	火	クッキー 牛乳	ごはん 和風玉子焼き 春キャベツのおひたし 若竹汁 オレンジ	やさい 野菜チップス 牛乳	せんべい ほうじ茶
18	水	ビスケット ほうじ茶	ごはん 豆腐の肉みそグラタン わかめとブロッコリー和え あさりスープ りんご	じゃがいもお焼き 牛乳	せんべい アップルジュース
19	木	せんべい ほうじ茶	グリーンピースごはん 豚肉のピザ風 マッシュポテト 春雨スープ オレンジ	さつまいもケーキ のむヨーグルト	せんべい ほうじ茶
20	金	ウエハース ほうじ茶	ミルクパン ホワイトシチュー わかめサラダ パイン	ひじきチャーハン ほうじ茶	クッキー カルピス
21	土	ビスケット 牛乳	とうにゅう 豆乳みそラーメン パンプキンサラダ バナナ	しそ風味おにぎり 牛乳	
22	日				
23	月	せんべい アップルジュース	ごはん 鱈のごま照り焼き 切り干し大根の煮物 かき玉汁 グレープフルーツ	焼きビーフン ほうじ茶	せんべい 牛乳
24	火	せんべい ヤクルト	まーぼー豆腐 中華スープ りんご	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
25	水	ビスケット 牛乳	ごはん 鱈の香味焼き れんこん金平 豆乳みそ汁 バナナ	モダン焼き オレンジジュース	ビスケット カルピス
26	木	せんべい 牛乳	キーマカレーライス 玉子スープ キウイフルーツ	きなこトースト 牛乳	ポーロ ほうじ茶
27	金	ウエハース ほうじ茶	こくとう 黒糖パン 鮭のムニエル スナップエンドウのサラダ ミルクスープ オレンジ	こんぶ だいず 昆布と大豆のまぜごはん 牛乳	せんべい ほうじ茶
28	土	ポーロ 牛乳	ちゅうかどん 中華丼 わかめスープ パイン	ミニあんパン 牛乳	
29	日				
30	月	ビスケット オレンジジュース	ごはん 鰯のピカタ ひじきに煮物 豚汁 キウイフルーツ	こくとう 黒糖蒸しパン 牛乳	クッキー ほうじ茶
31	月	クッキー 牛乳	ごはん 和風玉子焼き 春キャベツのおひたし 若竹汁 オレンジ	やさい 野菜チップス 牛乳	せんべい ほうじ茶

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつはせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しております。



お知らせ

5/2(月) ★こどもの日お祝いメニュー★

昼食は、鯉のぼりの形のハヤシライス  
午後おやつは、カブトの形の包み揚げでお祝いします。



1ヶ月平均栄養価	☆エネルギー	☆たんぱく質	☆脂質	☆食塩相当量
3歳未満児	508 kcal	19.0 g	16.4 g	1.3 g
3歳以上児	588 kcal	23.1 g	19.3 g	1.6 g