



# 2023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	月	クッキー 牛乳	焼きそば 中華スープ パイン	じゃこねぎごはん 牛乳	ボーロ ほうじ茶
2	火	せんべい ほうじ茶	★こいのぼりカレーライス むらくも汁 うさぎりんご★	★かぶとの包み揚げ 牛乳★	クッキー ほうじ茶
3	水		けんぽうきねんび 憲法記念日		
4	木		みどりの日		
5	金		こどもの日		
6	土	ビスケット 牛乳	豆乳味噌ラーメン パンプキンサラダ オレンジ	しそ風味おにぎり 牛乳	
7	日				
8	月	せんべい アップルジュース	ごはん 鰯のごま照り焼き 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
9	火	せんべい 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜のスープ りんご	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
10	水	クラッカー 牛乳	ツナスパゲティー ブロッコリーサラダ バナナ ほうじ茶	肉まん 牛乳	ビスケット ほうじ茶
11	木	せんべい のむヨーグルト	たけのごはん はんぺんのチーズ揚げ ほうれん草のごま合せ じゃがいものみそ汁 オレンジ	かぼちゃホットケーキアイス添え アップルジュース	ボーロ ほうじ茶
12	金	ウエハース ほうじ茶	黒糖パン 鮭のチーズムニエル スナップエンドウのサラダ キャベツスープ バナナ	塩昆布のまぜごはん ほうじ茶	せんべい カルピス
13	土	ボーロ 牛乳	中華丼 わかめスープ パイン	ミニあんパン 牛乳	
14	日				
15	月	せんべい 牛乳	ごはん 鰯のピカタ ひじきの煮物 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
16	火	クッキー 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 ほうじ茶
17	水	クッキー 牛乳	ごはん ふわふわ玉子焼き 春キャベツのおひたし 若竹汁 バナナ	野菜チップス せんべい(以上児) 牛乳	クラッカー ほうじ茶
18	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	クッキー ほうじ茶
19	金	せんべい 牛乳	ふわふわ白パン 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	せんべい カルピス
20	土	ビスケット 牛乳	豆乳味噌ラーメン パンプキンサラダ オレンジ	しそ風味おにぎり 牛乳	
21	日				
22	月	クラッカー アップルジュース	ごはん 鰯のごま照り焼き 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 牛乳	せんべい ほうじ茶
23	火	せんべい ヤクルト	麻婆豆腐丼 チンゲン菜のスープ りんご	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
24	水	ビスケット 牛乳	ツナスパゲティー ブロッコリーサラダ バナナ ほうじ茶	きなこトースト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
25	木	せんべい 牛乳	麦ごはん 鰯の香味焼き レンコンの金平 豆乳汁 キウイフルーツ	ショートケーキ ほうじ茶	ボーロ のむヨーグルト
26	金	ウエハース ほうじ茶	黒糖パン 鮭のチーズムニエル スナップエンドウのサラダ キャベツスープ バナナ	塩昆布のまぜごはん ほうじ茶	せんべい カルピス
27	土	ボーロ 牛乳	中華丼 わかめスープ パイン	ミニあんパン 牛乳	
28	日				
29	月	せんべい オレンジジュース	ごはん 鰯のピカタ ひじきの煮物 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
30	火	クッキー 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 ほうじ茶
31	水	クッキー 牛乳	ごはん ふわふわ玉子焼き 春キャベツのおひたし 若竹汁 バナナ	野菜チップス せんべい(以上児) 牛乳	クラッカー 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**  
★こどもの日のお祝いメニュー★  
5/2(火)  
昼食は、鯉のぼりの形のカレーライス、  
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	509kcal	19.4g	15.9g	1.3g
3歳以上児	592kcal	23.4g	18.6g	1.6g