

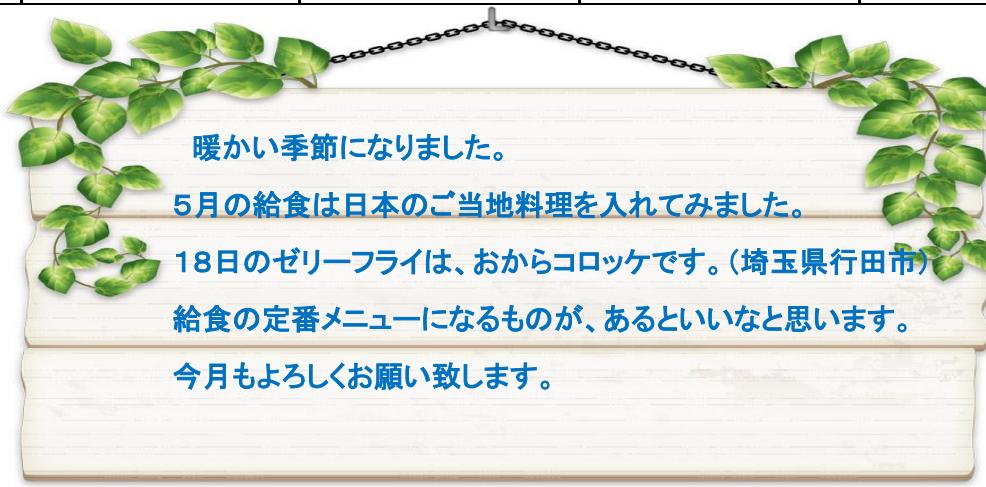
5月

2022年5月

献立予定表

りんどう幼稚園

日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	
	タコライス(沖縄)	5月憲法記念日		台湾ラーメン(愛知)			
	目玉焼き	揚げワンタン		塩昆布キャベツ			
	のり塩ポテト	みどりの日 こどもの日		クリームカップケーキ			
	キャベツのスープ						
	スコップティラミス						
8	9	10	11	12	13	14	
	今治焼豚玉子飯(愛媛)	ポテチパン(神奈川)	五平餅(長野)	ごはん	仙台マー婆ー焼きそば(宮城)		
	わかめ大根サラダ	お魚フライ	とり天(大分)	串カツ(大阪)	チョレギサラダ		
	白菜きのこ汁	ブロッコリー	春雨サラダ	ざくざくきゅべつ	ニラたまスープ		
	ヨーグルトムース	パプリカスープ	吉野汁(奈良)	野菜ミソスープ	チーズ饅頭(宮崎)		
		牛乳		ヤクルト			
15 母 の 日	16	17 お弁当の日	18	19	20 お誕生日会	21	
	ハントンライス(石川)	わかめごはん		ばら寿司(京都)	長崎ちゃんぽん(長崎)		
	シーザーサラダ	ゼリーフライ(埼玉)		かにかま天ぷら	春巻き		
	オニオングルースープ	納豆サラダ(茨城)		青菜の卵和え	ツボ漬けキュウリ		
	抹茶プリン(京都)	お味噌汁		だご汁(熊本)	プリンアラモード		
		くだもの					
22	23	24	25	26 親子レクレーション	27	28	
	ごはん	ぼうしパン(高知)	ひっぱりたこ飯(兵庫)	じゃじゃ麺(岩手)			
	バラ焼(青森)	パプリカミートボール	どんどん焼(山形)	いかしゅうまい(佐賀)			
	ナムル	カルボナーラサラダ	いかにんじん(福島)	わかめスープ			
	酸辣湯スープ	コンソメスープ	お味噌汁	パフェ			
	赤福風団子(三重)		ヨーグルト				
29	30	31					
	鶏飯(鹿児島)	ちくわパン(北海道)					
	スタミナ納豆サラダ(島根)	野菜炒め					
	シロクマ風アイス(鹿児島)	インディアンスープ					
		牛乳					



5月 平均値		
項目	数量	単位
エネルギー	513.32	kcal
たんぱく質	21.53	g
脂 質	16.99	g
鉄 分	2.94	mg
ビタミンA	183.46	mg
ビタミンB1	0.28	mg
ビタミンB2	0.29	mg
ビタミンC	17.44	mg
食物纖維	3.85	g
食塩相当量	1.85	g

3歳未満児は70%の値です