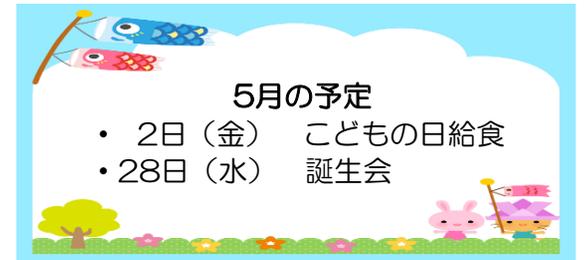


2025年 5月 3歳未満児献立表

甲南立正保育園

予定平均エネルギー量 529kcal
 予定平均たんぱく質量 21.4g
 予定平均カルシウム量 285g
 予定平均塩分量 1.7g



日 曜日	献立	主食	おやつ	栄養価		炭水化物・脂肪	たんぱく質	無機質・ビタミン
				エネルギー	たんぱく質	熱や力になる食品	体を作る食品	体の調子をよくなる食品
12 26 月	お好み焼きハンバーグ グリーンサラダ みそ汁 バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	548 kcal	20.2 g	米 パン粉 オリーブ油 三温糖 ちくわぶ	牛乳 豚肉 豆腐 ヨーグルト	玉ねぎ 青のり きゅうり レタス ブロッコリー 水菜 えのき バナナ
13 27 火	豚肉の柳川風 カブの昆布和え オレンジ 竹の子と春雨のスープ	ごはん	焼うどん 牛乳	536 kcal	22.4 g	米 三温糖 春雨 ごま油 うどん 油	牛乳 豚肉 卵 カニカマ	ごぼう 椎茸 人参 かぶ キャベツ きゅうり 塩昆布 竹の子 乾椎茸 オレンジ 玉ねぎ ピーマン
14 28 水	ホッケのミリン焼き ひじきのマリネ 春野菜の味噌汁 バナナ	ごはん	フレンチトースト 牛乳	562 kcal	25.2 g	米 オリーブ油 三温糖 じゃが芋 食パン シロップ 粉糖	牛乳 ホッケ 鶏肉 豚肉	ひじき きゅうり 大根 人参 玉ねぎ ごぼう アスパラ バナナ
1 15 29 木	オムレツ マカロニとツナのサラダ ハヤシチュー オレンジ	麦ごはん	いちごプリン 牛乳	598 kcal	22 g	米 大麦 油 三温糖 マカロニ じゃが芋 バター 小麦粉	牛乳 卵 豆腐 豚肉 ツナ	玉ねぎ 小松菜 コーン 人参 オレンジ ジャム
2 金	〈こどもの日給食〉 鶏の唐揚げ ナポリタン コーンスープ いちご	ごはん	せんべい 牛乳	510 kcal	19.3 g	米 片栗粉 油 スパゲティ 三温糖	牛乳 鶏肉 ウインナー	人参 玉ねぎ ピーマン コーン いちご
16 30 金	鶏肉のクラッカー焼き 竹の子入り麻婆春雨 野菜スープ バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	484 kcal	18.7 g	米 春雨 油 三温糖 ごま油	牛乳 鶏肉 豚肉	竹の子 人参 キャベツ もやし 玉ねぎ バナナ
3 17 31 土	鶏肉と長葱の炒め物 きゃべつの昆布サラダ わかめスープ バナナ	ごはん	せんべい 牛乳	348 kcal	13.9 g	米 油 ごま油 麩	牛乳 鶏肉	長葱 キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 わかめ バナナ
5 19 月	鶏肉の麦味噌焼き 人参ドレッシングサラダ ビーフンのスープ バナナ	ごはん	ヨーグルト せんべい 麦茶	463 kcal	17.5 g	米 三温糖 オリーブ油 ビーフン	牛乳 鶏肉 ウインナー ヨーグルト	キャベツ レタス 人参 玉ねぎ バナナ
6 20 火	トンペイ焼き 中華風サラダ カブのスープ オレンジ	ごはん	チャーハン 牛乳	527 kcal	19.9 g	米 三温糖 ごま油	牛乳 豚肉 卵 カニカマ	キャベツ レタス きゅうり 人参 とまと かぶ 青梗菜 オレンジ 玉ねぎ コーン
7 21 水	鮭のカレーコーンマヨ焼き フルーツサラダ コンソメスープ バナナ	ごはん	ホットドック 牛乳	537 kcal	23.3 g	米 オリーブ油 三温糖 ロールパン	牛乳 鮭 ベーコン ウインナー	コーン きゅうり レタス パイン缶 りんご みかん缶 もやし ほうれん草 バナナ キャベツ
8 22 木	照り焼きポークソテー わかめサラダ チキンカレー オレンジ	麦ごはん	8)せんべい 22)和風パスタ 牛乳	547 kcal	20.8 g	米 大麦 三温糖 オリーブ油 じゃが芋 油 バター 小麦粉	牛乳 豚肉 カニカマ 鶏肉 スキムミルク	レタス きゅうり わかめ 人参 玉ねぎ オレンジ
9 23 金	鱈の香味焼き 五目金平 みそ汁 バナナ	ごはん	9)和風パスタ 23)せんべい 牛乳	487 kcal	23.8 g	米 白滝 三温糖 スパゲティ	牛乳 鱈 鶏肉 卵 ツナ	長葱 ごぼう 人参 椎茸 キャベツ バナナ 玉ねぎ
10 24 土	タンドリーチキン						牛乳 鶏肉 ヨーグ	スナックエンドウ

10	47	スナップエンドウのサラダ	ごはん	せんべい	362	14.9	米	ルト 魚肉ソーセー	きゅうり 人参 ほう
	土	すまし汁 バナナ		牛乳	kcal	g		ジ はんぺん	れん草 バナナ