



令和3年 5月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園 附属国分保育園

1日(土)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	
※給食は状況に応じて提供します。	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	ブリッツ	ラムネ	ポ一口	
				他人井 じゃがいもきんぴら 果物	ゆかりごはん カレーの煮つけ 小松菜の納豆和え 春野菜の豚汁 果物	牛乳 カレーライス 炒り大豆、小魚 果物	
				五分づき米 卵 牛肉 たまねぎ ほうれん草 にんじん 油揚げ しょうゆ みりん 三温糖	New じゃがいも にんじん ピーマン しょうゆ みりん 三温糖 食塩 米油	五分づき米 ゆかり ふりかけ 小松菜 にんじん 納豆 しめじ しょうゆ 三温糖 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ だしこんぶ だしじやこ 米みそ 果物	五分づき米 卵 たまねぎ じゃがいも トマト にんじん カレー 小松菜 スキムミルク バター
				おせんべい、炒り大豆、小魚	ミルクパン	ビスケット	

10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	17日(月)	
野菜スティック	バナナチップ	かりんとう	クラッカー	カステラ	ブリッツ	あられ	
春野菜のスバゲティー ブロッコリーのおかか和え きのこのコンソメスープ 果物	ごはん 鶏ささみのごまフライ キャベツの小魚和え 根菜汁 果物	鮭ごはん 豚じゃが 土佐酢和え 豆腐のすまし汁 果物	ごはん 野菜たっぷりマーボー シャキシャキれんこん わかめスープ 果物	たきごみごはん 和風オムレツ きゅうりのごま和え 吉野汁 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 豆腐とひじきの巻巻き 小松菜の糠和え 五目汁 果物	
スバゲティー クリーム コーン アスパラ キャベツ たまねぎ にんじん コンソメ オリーブ油	五分づき米 キャベツ にんじん ちりめんじゃこ 豚 三温糖 しょうゆ コンソメ トマト	五分づき米 さけ ごま 切干大根 きゅうり にんじん しょうゆ 三温糖 かつお節	五分づき米 れんこん いんげん にんじん しょうゆ 三温糖 ごま しょうが	五分づき米 ツナ 油揚げ にんじん 干し しいたけ グルンピース こんにゃく しょうゆ みりん 酒 だしこんぶ だしじやこ	五分づき米 卵 鶏肉 たまねぎ にんじん 干しいたけ	五分づき米 ごま にんじん のり しょうゆ 三温糖 果物	五分づき米 木綿豆腐 えのきたけ にんじん ねぎ ひじき しょうが しょうゆ 三温糖 果物
手作り梅おにぎり	ブリッツ、プチゼリー	手作りクロックムツシュ	おせんべい、炒り大豆、小魚	手作りにんじんだんご	おせんべい	手作りココア蒸しパン	



令和3年 5月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園 附属国分保育園

18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	24日(月)	25日(火)
クラッカー	ゼリー	おせんべい	ポ一口	ウエハース	ラムネ	あられ
ごはん さわらのてりやき 切干大根のミルク煮 ほうれん草のみそ汁 果物	ごはん 手作り野菜がんとどき ブロッコリーのごま和え ミネストローネ 果物	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き えんどう豆の卵とじ じゃがいものすまし汁 果物	ごはん チンジャオロース ペイクドじゃが、華風和え ワンタンスープ 果物	牛乳 他人井 炒り大豆、小魚 果物	ふりかけごはん ししゃもの磯辺揚げ 筑前煮 大根のみそ汁 果物	ごはん かぼちゃグラタン おかかサラダ ポハイスープ 果物
五分づき米 さわか しょうゆ みりん 酒 トマト	五分づき米 ブロッコリー ごま しょうゆ 三温糖	五分づき米 さけ 食塩 キャベツ にんじん 白みそ みりん 三温糖 食塩	五分づき米 じゃがいも 米油 あおのり もやし にんじん 三温糖 しょうゆ ごま油	五分づき米 米 卵 牛肉 たまねぎ ほうれん草 車 にんじん 油揚げ	五分づき米 ふりかけ ししゃも 小麦粉 卵 あおのり 米油	五分づき米 かぼちゃ ピーコン たまねぎ にんじん しめじ マカロニ えのきたけ にんじん コンソメ 小麦粉 バター 食塩 とろけるチーズ
手作りじゃこ菜おにぎり	かりんとう、炒り大豆、小魚	レーズン、ウエハース	手作り機能煮	クッキー	手作り新じゃがフライ	バナナチップ、クラッカー

26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	31日(月)	☆5月の1日あたりの平均栄養価
プリン	カステラ	ウエハース	ポ一口	ひじきスティック	乳児 幼児
わかめごはん 豚肉の柳川風 ほうれん草とひじきの ごま和え キャベツの豆乳みそ汁 果物	ごはん さばの竜田揚げ きゅうりとツナの酢の物 きのこ汁 果物	ごはん 豆腐のつくね焼き ひじきのサラダ 小松菜のみそ汁 果物	牛乳 和風スパゲティー 炒り大豆、小魚 果物	New ごはん 鶏のホイロ焼き りんごとキャベツのサラダ アスパラのみそ汁 果物	エネルギー 492kcal 578kcal たんぱく質 19.9g 23.3g 脂質 15.4g 16.7g カルシウム 305mg 322mg 鉄 2.4mg 3.1g 食物繊維 3.9g 4.9g 食塩 1.6g 1.9g
五分づき米 わかめ 食塩 ほうれん草 えのきたけ ひじき ごま しょうゆ 三温糖	五分づき米 さば しょうが しょうゆ 片栗粉 酒 米油 コーン	五分づき米 食塩 米油 鶏ミンチ にんじん たまねぎ ひじき ごま パン粉 三温糖 しょうゆ	スバゲティー しょうゆ 焼きのり ごま キャベツ たまねぎ にんじん オリーブ油	五分づき米 キャベツ にんじん りんご コーン ほうれん草 にんじん レモン汁 えのきたけ	※1日の必要栄養量の50%(乳児)、45%(幼児)を 目標としています。
おせんべい、炒り大豆、小魚	手作りごんぶおにぎり	チーズ、ブリッツ	おせんべい	おかき、炒り大豆、小魚	