5月予定献立表　　葛飾区上平井保育園

曜	日付	3歳未満児　午前おやつ 昼食（　）は3歳未満児のみ 午後おやつ	主な材料 熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの	栄養価 以上児	未満児
特別献立（金）	24	牛乳 手作り鮭フレークごはん　すまし汁 高野豆腐の唐揚げ　果物 アスパラ入りサラダ そら豆クリームパスタ 牛乳	 米　ごま 片栗粉　サラダ油 砂糖　はるさめ スパゲティ　オリーブ油　100%米粉	牛乳 さけ 高野豆腐 ベーコン　牛乳	 にんじん　キャベツ アスパラガス　コーン たまねぎ　さやえんどう　メロン たまねぎ　そらまめ　コーン	E 604kcal P 23.4g F 22.1g S 1.6g	E 540kcal P 21.4g F 20.9g S 1.4g
水	29	牛乳 押麦入りごはん　味噌汁 肉どうふ　果物 青菜の磯煮 しらすピザトースト 牛乳	 米　押麦 砂糖　しらたき 片栗粉 食パン　オリーブ油	牛乳 豚肉　豆腐 かつお節 みそ ナチュラルチーズ　しらす干し　牛乳	 にんじん　たまねぎ　えのきたけ もやし　こまつな　きざみのり だいこん　さやえんどう　かぶ　りんご たまねぎ　ピーマン	E 521kcal P 25.8g F 14.5g S 2.3g	E 460kcal P 22.4g F 14.6g S 2g

＊この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。