

5月 給食献立表

2020年

長寿院保育園初期

日 曜	献 立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1 金	お粥 ジャガイモのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	キャベツ・たまねぎ	だし
2 土	お粥 にんじんのペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ・こまつな	だし
7 木	お粥 ジャガイモのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん	だし
8 金	お粥 キャベツのペースト 大根の味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・大根	だし
9 土	お粥 ブロッコリーのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	ブロッコリー・にんじん たまねぎ	だし
11 月	お粥 大根のペースト さつまいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・さつまいも	大根・にんじん	だし
12 火	お粥 にんじんのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
13 水	お粥 キャベツのペースト かぼちゃの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・かぼちゃ	だし
14 木	お粥 にんじんのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・たまねぎ	だし
15 金	お粥 たまねぎのペースト かぼちゃの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・かぼちゃ	だし
16 土	お粥 にんじんのペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	だし
18 月	お粥 かぼちゃのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	かぼちゃ・にんじん・たまねぎ	だし
19 火	お粥 にんじんのペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	だし
20 水	お粥 豆腐のペースト たまねぎの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
21 木	お粥 たまねぎのペースト だいこんの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・大根	だし
22 金	お粥 にんじんのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
23 土	お粥 たまねぎのペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・こまつな	だし
25 月	お粥 ジャガイモのペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・こまつな	だし
26 火	お粥 たまねぎのペースト ジャガイモの味噌汁	淡色辛みそ	米・ジャガイモ	にんじん・たまねぎ	だし
27 水	お粥 にんじんのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	はくさい・にんじん	だし
28 木	お粥 さつまいものペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米・さつまいも	たまねぎ	だし
29 金	お粥 キャベツのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・たまねぎ	だし
30 土	お粥 にんじんのペースト ほうれんそうの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん ほうれんそう	だし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
124 kcal	2.6 g	0.5 g	15 mg	0.4 mg	80 μg	0.04 mg	0.02 mg	6 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。そば、落花生の入った食材は使用していません。

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。