

5月

のこんだて



令和8年5月 うどほいくえん

月	火	水	木	金	土
				1 (牛乳・菓子) 照り焼きチキン 粉ふき芋・コーンスープ 【おやつ】 牛乳・りんごケーキ 325kcal	2 (牛乳・果物) 牛乳・きつねうどん 海藻サラダ 【おやつ】 お菓子 287kcal
4 	5 	6 	7 (牛乳・果物) 鶏肉のピカタ 枝豆コーン・にんじんポタージュ 【おやつ】 牛乳・こいのぼりクッキー478kcal	8 (牛乳・菓子) 鯖の塩焼き・ブロッコリー 玉子とトマトのスープ 【おやつ】 牛乳・フルーツヨーグルト 298kcal	9 (牛乳・果物) 牛乳・ポークビーンズ ピーナッツ和え 【おやつ】 お菓子 358kcal
11 (牛乳・菓子) クリームシチュー エッグサラダ 【おやつ】 牛乳・果物 418kcal	12 (牛乳・果物) 魚の洋風焼き ブロッコリー・春雨スープ 【おやつ】 牛乳・ポップコーン 383kcal	13 (牛乳・菓子) お誕生日会 甘辛チキンバー・ポテトサラダ 枝豆・BLT スープ 【おやつ】 牛乳・お楽しみデザート 541kcal	14 (牛乳・果物) 柳川風煮 味噌マヨネーズ和え・りんご 【おやつ】 牛乳・カルピスゼリー 332kcal	15 (牛乳・菓子) 魚のごまソース 枝豆・具沢山味噌汁 【おやつ】 牛乳・ココア餅 392kcal	16 (牛乳・果物) 牛乳・豚肉とキャベツの味噌炒め すまし汁 【おやつ】 お菓子 317kcal
18 (牛乳・菓子) 麻婆豆腐 拌三絲 【おやつ】 牛乳・果物 346kcal	19 (牛乳・果物) 魚の幽庵焼き ブロッコリー・洋風かき玉汁 【おやつ】 牛乳・メロンパン 440kcal	20 (牛乳・菓子) クッキング 鶏ミンチと南瓜の玉子焼き トマト・もずくスープ 【おやつ】 牛乳・クッキー 372kcal	21 (牛乳・果物) 鶏肉とレバーの甘辛煮 コンソメスープ 【おやつ】 牛乳・あべかわ 325kcal	22 (牛乳・菓子) 魚のポテト焼き・サラダ わかめスープ 【おやつ】 牛乳・黒豆蒸しパン 428kcal	23 (牛乳・果物) 牛乳・味噌ラーメン 野菜のナムル 【おやつ】 お菓子 317kcal
25 (牛乳・菓子) ハヤシライス マカロニサラダ 【おやつ】 牛乳・果物 390kcal	26 (牛乳・果物) ジョア からあげ・ナポリタン ほうれん草とコーンのソテー 【おやつ】 牛乳・ピザトースト 499kcal	27 (牛乳・菓子) 牛乳・カレーうどん フレーク和え・オレンジ 【おやつ】 お菓子 329kcal	28 (牛乳・果物) オムレツのミートソースかけ ブロッコリー・汁ビーフン 【おやつ】 牛乳・マーラカオ 467kcal	29 (牛乳・菓子) 鯖のソース煮 トマト・むらくも汁 【おやつ】 牛乳・じゃこおにぎり 447kcal	30 (牛乳・果物) 牛乳・チャブチェ えのきの味噌汁 【おやつ】 お菓子 228kcal

☆()内は花組・ひよこ組の午前中のおやつです。

☆カロリーは昼食(ご飯なし)と、午後のおやつの計算です。

☆下の段は午後の全児のおやつです。