

5 月 1 回 食 予 定 献 立 表

エンゼルベア石神井保育園

日	曜	午 前 食	主 な 食 材	エネルギー(kcal) タンパク質(g) 脂質(g)/食物繊維(g)
10 24	月	7倍粥 野菜スープ 白身魚と野菜のくず煮 ミルク	精白米 人参 玉葱 白身魚 人参 育児用ミルク	319 9 14.6 / 0
11 25	火	7倍粥 野菜スープ 豆腐と野菜のくず煮 ミルク	精白米 キャベツ 玉葱 豆腐 人参 育児用ミルク	322 8 15.2 / 0
12 26	水	7倍粥 野菜スープ お麩と野菜のくず煮 ミルク	精白米 人参 ほうれん草 麩 キャベツ 育児用ミルク	315 8 14.6 / 0
13 27	木	7倍粥 野菜スープ 高野豆腐と野菜のくず煮 ミルク	精白米 じゃが芋 人参 高野豆腐 玉葱 育児用ミルク	336 9 15.4 / 0
14 28	金	7倍粥 野菜スープ 白身魚と野菜のくず煮 ミルク	精白米 大根 人参 白身魚 キャベツ 育児用ミルク	318 9 14.6 / 0
1 15 29	土	7倍粥 野菜スープ 南瓜と野菜のくず煮 ミルク	精白米 玉葱 人参 南瓜 人参 ほうれん草 育児用ミルク	369 9 16.7 / 0
17 31	月	7倍粥 野菜スープ 豆腐と野菜のくず煮 ミルク	精白米 人参 小松菜 豆腐 大根 育児用ミルク	322 8 15.2 / 0
18	火	7倍粥 野菜スープ お麩と野菜のくず煮 ミルク	精白米 人参 玉葱 麩 キャベツ 育児用ミルク	315 8 14.6 / 0
19	水	7倍粥 野菜スープ 白身魚と野菜のくず煮 ミルク	精白米 大根 キャベツ 白身魚 人参 育児用ミルク	318 9 14.6 / 0
6 20	木	7倍粥 野菜スープ じゃが芋と野菜のくず煮 ミルク	精白米 玉葱 人参 じゃが芋 人参 ほうれん草 育児用ミルク	369 9 16.7 / 0
7 21	金	7倍粥 野菜スープ 白身魚と野菜のくず煮 ミルク	精白米 人参 キャベツ 白身魚 大根 育児用ミルク	317 9 14.6 / 0
8 22	土	7倍粥 野菜スープ 高野豆腐と野菜のくず煮 ミルク	精白米 南瓜 人参 高野豆腐 小松菜 育児用ミルク	336 9 15.4 / 0

- ・ 上限を200mlとして、ミルクを欲しがらだけあげます。
- ・ 献立は都合により変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。