

令和8年5月 献立表

病児食 後期

病児保育室

日	曜	献立名		あか	黄	みどり
		午前食	午後食	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える
1	金	鶏野菜うどん りんご煮	全粥(80) 白菜の味噌汁 豆腐と南瓜の煮物	鶏むねひき肉 みそ 豆腐	うどん(ゆで) かゆ	だいこん にんじん こまつな りんご はくさい かぼちゃ たまねぎ
7	木	全粥(80) 大根スープ 豆腐とさつまいもの煮物	全粥(80) 大根スープ 鶏ひき肉とカリフラワーのケチャップ煮	豆腐 鶏むねひき肉	かゆ さつまいも じゃがいも	だいこん たまねぎ カリフラワー
8	金	全粥(80) トマトスープ 鮭とかぶの煮物	全粥(80) トマトスープ 豆腐とキャベツの味噌煮	さけ 豆腐 みそ	かゆ	トマト かぶ ブロッコリー キャベツ にんじん
11	月	全粥(80) 人参の味噌汁 鶏ひき肉とキャベツの煮物	全粥(80) 茄子スープ かれいと南瓜の味噌煮	みそ 鶏むねひき肉 かれい	かゆ	にんじん キャベツ カリフラワー なす かぼちゃ たまねぎ
12	火	豆腐全粥 りんご煮	全粥(80) 大根の味噌汁 豚ひき肉とブロッコリーの煮物	豆腐 みそ 豚 ひき肉(赤身)	かゆ さつまいも	たまねぎ ほうれんそう りんご だいこん ブロッコリー にんじん
13	水	全粥(80) 南瓜の味噌汁 鮭と白菜の煮物	全粥(80) トマトスープ 豆腐とかぶの煮物	みそ さけ 豆腐	かゆ	かぼちゃ はくさい にんじん トマト かぶ たまねぎ
14	木	全粥(80) じゃが芋スープ 豚ひき肉と茄子のトマト煮	全粥(80) さつまいもスープ 鮭とキャベツの煮物	豚 ひき肉(赤身) さけ	かゆ じゃがいも さつまいも	なす ピーマン トマト キャベツ カリフラワー
15	金	鶏野菜うどん りんご煮	全粥(80) 白菜の味噌汁 豆腐と南瓜の煮物	鶏むねひき肉 みそ 豆腐	うどん(ゆで) かゆ	だいこん にんじん こまつな りんご はくさい かぼちゃ たまねぎ
18	月	豚野菜うどん りんご煮	全粥(80) 人参の味噌汁 豆腐とブロッコリーの煮物	豚 ひき肉(赤身) みそ 豆腐	うどん(ゆで) かゆ	かぼちゃ だいこん ほうれんそう りんご にんじん ブロッコリー たまねぎ
19	火	全粥(80) 玉葱の味噌汁 かれいのトマト煮	全粥(80) 玉葱の味噌汁 豆腐と白菜の煮物	みそ かれい 豆腐	かゆ じゃがいも	たまねぎ ピーマン トマト はくさい にんじん
20	水	鶏ひき肉の全粥 りんご煮	全粥(80) 南瓜スープ 鮭とブロッコリーの味噌煮	鶏むねひき肉 さけ みそ	かゆ	かぶ にんじん こまつな りんご かぼちゃ ブロッコリー たまねぎ
21	木	全粥(80) 大根スープ 豆腐とさつまいもの煮物	全粥(80) 大根スープ 鶏ひき肉とカリフラワーのケチャップ煮	豆腐 鶏むねひき肉	かゆ さつまいも じゃがいも	だいこん たまねぎ カリフラワー
22	金	全粥(80) トマトスープ 鮭とかぶの煮物	全粥(80) トマトスープ 豆腐とキャベツの味噌煮	さけ 豆腐 みそ	かゆ	トマト かぶ ブロッコリー キャベツ にんじん
25	月	全粥(80) 人参の味噌汁 鶏ひき肉とキャベツの煮物	全粥(80) 茄子スープ かれいと南瓜の味噌煮	みそ 鶏むねひき肉 かれい	かゆ	にんじん キャベツ カリフラワー なす かぼちゃ たまねぎ
26	火	豆腐全粥 りんご煮	全粥(80) 大根の味噌汁 豚ひき肉とブロッコリーの煮物	豆腐 みそ 豚 ひき肉(赤身)	かゆ さつまいも	たまねぎ ほうれんそう りんご だいこん ブロッコリー にんじん
27	水	全粥(80) 南瓜の味噌汁 鮭と白菜の煮物	全粥(80) トマトスープ 豆腐とかぶの煮物	みそ さけ 豆腐	かゆ	かぼちゃ はくさい にんじん トマト かぶ たまねぎ
28	木	全粥(80) じゃが芋スープ 豚ひき肉と茄子のトマト煮	全粥(80) さつまいもスープ 鮭とキャベツの煮物	豚 ひき肉(赤身) さけ	かゆ じゃがいも さつまいも	なす ピーマン トマト キャベツ カリフラワー
29	金	鶏野菜うどん りんご煮	全粥(80) 白菜の味噌汁 豆腐と南瓜の煮物	鶏むねひき肉 みそ 豆腐	うどん(ゆで) かゆ	だいこん にんじん こまつな りんご はくさい かぼちゃ たまねぎ

調味料 : かつおだし、塩、しょうゆ、米みそ、ケチャップ、使用しています

栄養価 : エネルギー 191kcal たんぱく質 9.9g 脂質 2.1g カルシウム 55mg 鉄 0.93mg 食塩 0.7g