



給食予定献立表 2026年1月

明の守保育園
3歳以上 (A)

※ 材料の都合で献立を変更する事があります。
※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので必ず給食までに試してください。
※ 乳児は、朝間食にスキムミルクを提供しています。

献立種類	1日平均 (3歳以上)			
栄養素	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	495 kcal	18 g	12 g	82 g
				食塩 1.8 g

日	曜 日	時 間	行事	献立名	さいりょう				その他	時 間	おやつ	
					赤く・血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	緑く・からだの調子を整えるもの 野菜類・くだもの類	黄く・かや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類					
5	月	昼		豆腐ハンバーグ いんげんのきなこと わかめの味噌汁 ごはん	豆腐野菜ハン ぎな粉 かつわかめみそ ごはん	大根おろし イグ」人參 大根の葉	サラダ油 米	ホ」酢醤油 濃口醤油、みりん、風調味料 和風だし	3限	お昼のラスク スキムミルク	おつゆ、お、	