

R8年6月

給食予定献立表

【以上児】

日	曜	10時	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	栄養量
1	月	牛乳	ごはん タラのにんにくごま焼き 納豆サラダ 味噌汁 りんご缶	ココアケーキ 麦茶	牛乳・たら・納豆・油揚げ・味噌・卵	米・砂糖・ごま油・小麦粉・ごま マヨネーズ・ホットケーキミックス バター	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり わかめ・玉葱・りんご缶	593 1.7
2	火	牛乳	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ チンゲン菜のスープ グレープフルーツ	マシュマロおこし 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・竹輪	米・じゃがいも・油・マヨネーズ コーンフレーク・バター・マシュマロ	玉葱・人参・しめじ・ブロッコリー カリフラワー・チンゲン菜・もやし グレープフルーツ	561 2.1
3	水	牛乳	サンドイッチ(卵・ジャム) 鶏肉の照り焼き ほうれん草とツナのサラダ コンソメスープ バイン缶	青菜ごはん 麦茶	牛乳・卵・鶏肉・ツナ	パン・いちごジャム・マヨネーズ 砂糖・ごま・米	ほうれん草・人参・キャベツ・玉葱 バイン缶	588 2.2
4	木	牛乳	冷やしたぬきうどん 野菜チキンボール ごぼうサラダ バナナ	ミニ今川焼(カスタード) 麦茶	牛乳・かまぼこ・ハム	うどん・小麦粉・油・砂糖・ミニ今川焼	きゅうり・コーン・ごぼう・人参・いんげん もやし・バナナ	510 2.2
5	金	牛乳	ごはん そぼろ肉じゃが ゆかり和え 豆腐の味噌汁 オレンジ	いちごプリン 麦茶	牛乳・豚肉・竹輪・豆腐・味噌 スキムミルク	米・じゃがいも・油・砂糖・薄揚げ	玉葱・人参・グリンピース・キャベツ・もやし きゅうり・大根・わかめ・オレンジ	513 1.7
6	土	せんべい	チキンライス コンソメスープ	バウムクーヘン	卵	雪の宿・米・油・パルメザン	ミカバジタブル・玉葱・ほうれん草	472 1.2
8	月	牛乳	ごはん カレイの照り焼き 切り干し大根サラダ 小松菜の味噌汁 りんご缶	豆乳ゼリー 麦茶	牛乳・カレイ・ハム・味噌・豆乳 きな粉	米・油・マヨネーズ・砂糖	切干大根・人参・いんげん・キャベツ 小松菜・りんご缶・アガー	529 1.8
9	火	牛乳	ごはん メンチカツ シラスと野菜の磯和え 根骨汁 グレープフルーツ	マリービスケット 麦茶	牛乳・しらす・油揚げ・味噌 スキムミルク	米・油・ごま・砂糖・ごま油 マリービスケット	キャベツ・きゅうり・人参・もやし・青のり 大根・ごぼう・グレープフルーツ	540 1.8
10	水	りんごジュース	ごはん 鶏肉の甘辛煮 カレーマヨサラダ すまし汁 バイン缶	フレンチトースト 牛乳	鶏肉・ロースハム・牛乳・卵	米・砂糖・マカロニ・マヨネーズ パン	りんご飲料・キャベツ・人参・きゅうり コーン・玉葱・しいたけ・バイン缶	555 1.9
11	木	牛乳	焼きそば カリフラワーのサラダ 中華スープ バナナ	チュモッパ風ごはん 麦茶	牛乳・ウイパー・鶏肉・豆腐・ツナ	蒸し餅・油・ごま・ごま油・砂糖・米 マヨネーズ	キャベツ・玉葱・もやし・人参・青粉 きゅうり・カリフラワー・トマト・にら しいたけ・バナナ・切干大根・焼き海苔	572 2.4
12	金	牛乳	チキンライス シルバーサラダ 小松菜のスープ オレンジ	ヨーグルト 麦茶	牛乳・豚肉・スキムミルク・かまぼこ ヨーグルト	米・じゃがいも・油・はるさめ マヨネーズ	玉葱・人参・きゅうり・キャベツ・小松菜 もやし・オレンジ	528 2
13	土	せんべい	ナポリタン コンソメスープ	牛乳ケーキ	ウイパー	雪の宿・スパゲティ・油 牛乳ケーキ	玉葱・ピーマン・わかめ	461 1.6
15	月	牛乳	ごはん 魚の梅しょうゆ漬け 納豆和え 味噌汁 りんご缶	チーズ入り蒸しパン 麦茶	牛乳・さわか・納豆・かつお節・味噌 チーズ	米・小麦粉・砂糖・油・さつまいろ	梅しお・ほうれん草・人参・もやし きゅうり・玉葱・りんご缶	552 1.8
16	火	牛乳	ごはん 鶏肉のカレー風味炒め マセドアンサラダ 味噌汁 グレープフルーツ	ゼリー ウエハース 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム・スキムミルク 豆腐・油揚げ・味噌	米・油・ごま・じゃがいも・マヨネーズ 砂糖・ウエハース	玉葱・ピーマン・きゅうり・人参 ほうれん草・グレープフルーツ りんごジュース・アガー	544 1.4
17	水	麦茶	ごはん ローストチキン シーザーサラダ風 コンソメスープ りんご缶	ワッフル 牛乳	鶏肉・ベーコン・チーズ スキムミルク・牛乳	米・油・マヨネーズ カスタードワッフル	玉葱・きゅうり・キャベツ・人参・もやし チンゲン菜・りんご缶	511 1.9
18	木	牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨の和え物 中華スープ バナナ	マカロニきな粉 麦茶	牛乳・豆腐・豚肉・味噌・かまぼこ きな粉	米・油・砂糖・片栗粉・はるさめ ごま油・マカロニ	玉葱・しいたけ・きゅうり・人参・もやし わかめ・バナナ	571 1.8
19	金	牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーの胡麻みそ和え ほうれん草のすまし汁 オレンジ	ココナッツサブ 麦茶	牛乳・鶏肉・ツナ・味噌・豆腐	米・砂糖・ごま油・ごま・ココナツ	ブロッコリー・キャベツ・人参・スイート ほうれん草・オレンジ	524 1.9
20	土	せんべい	チャーハン 中華スープ	黒糖ケーキ	卵	ソフトサラダ・米・油・黒糖ケーキ	ミカバジタブル・葱・玉葱・わかめ	426 1.2
22	月	牛乳	ごはん 鮭のチーズパン粉焼き ひじき炒め煮 味噌汁 りんご缶	キャロットケーキ 麦茶	牛乳・鮭・チーズ・油揚げ・味噌 スキムミルク・卵	米・パン粉・油・砂糖 ホットケーキミックス・バター	ひじき・しいたけ・人参・いんげん 小松菜・もやし・りんご缶	591 1.8
23	火	牛乳	豚そぼろ丼 さつまいろサラダ 味噌汁 グレープフルーツ	お好み焼き 麦茶	牛乳・豚肉・チーズ・スキムミルク 味噌・卵・かつお節	米・砂糖・さつまいろ・マヨネーズ・油 小麦粉	玉葱・ごぼう・人参・いんげん・きゅうり ほうれん草・しいたけ・グレープフルーツ キャベツ・青粉	635 2.1
24	水	牛乳	誕生日会 お楽しみメニュー	ケーキ 麦茶	牛乳・ハム・ウイパー	米・バター・いりごま・マヨネーズ いちごショートケーキ	玉葱・マカバジタブル・きぬぎや・ブロッコリー ミカバジタブル・もやし・バイン缶	550 2
25	木	牛乳	冷やしうどん ミートボール かぼちゃサラダ バナナ	ムース せんべい 麦茶	牛乳・鶏肉・油揚げ・かまぼこ ミートボール・ハム・スキムミルク	うどん・マヨネーズ・ムース せんべい	ほうれん草・かぼちゃ・きゅうり・バナナ	536 2
26	金	牛乳	ハンバーグケチャップソース ひじきとツナのサラダ 具だくさん汁 オレンジ	チョコスクッキー 麦茶	牛乳・ツナ・豆腐・味噌	米・油・ごま・砂糖・チョコレート	玉葱・ひじき・きゅうり・人参・もやし・大根 ごぼう・葱・オレンジ	560 2.4
27	土	せんべい	焼きそば 中華スープ	クリームコロン	ウイパー	ソフトサラダ・蒸し餅・油・チョコレート	キャベツ・人参・もやし・青粉・玉葱 わかめ	402 2.2
29	月	牛乳	ごはん さわらの香り焼き 納豆サラダ すまし汁 りんご缶	シュガートースト 麦茶	牛乳・さわら・納豆	米・ごま油・ごま・マヨネーズ・パン バター・砂糖	ほうれん草・人参・もやし・きゅうり・大根 わかめ・りんご缶	592 2.1
30	火	牛乳	ごはん 酢鶏 切干大根と胡瓜の中華和え チンゲン菜のスープ グレープフルーツ	プリン 麦茶	牛乳・鶏肉・ハム	米・片栗粉・じゃがいも・ごま油 砂糖・プリン	玉葱・人参・ピーマン・しいたけ 切干大根・きゅうり チンゲン菜・もやし グレープフルーツ・みかん缶	499 1.3

都合により、内容を少々変更する場合があります。 オレンジ、みかんの時は1歳児はみかん缶になります。(土)に、飲み物は付きません。 午久さくら保育園