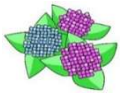
様式F102

６　月　献　立　表



R3.5.31　納内保育園

日		曜	午前おやつ	昼　　食		3時おやつ	備　　考
			3歳未満児	全　園　児	３歳未満児	全園児	
1	15	火	牛乳 キウイ フルーツ	さばの朝鮮焼き　紅白サラダ みそ汁（なめこ・厚揚げ）　バナナ	ごはん	牛乳　☆するめ ミニ焼き ドーナッツ	
2	16	水	牛乳 オレンジ	ミックスコロッケ　スライストマト　きゅうり 納豆和え　みそ汁（キャベツ・しめじ）	ごはん	ヨーグルトの フルーツ添え ルヴァン	
3	17	木	牛乳 バナナ	わかめうどん　ほうれん草の和え物　オレンジ		牛乳 みそだれ団子	
4	18 遠足	金	ピーチ ヨーグルト	大豆カレー　もやしサラダ　野菜ジュース	ごはん	牛乳 ジャムサンド	１８日は **3歳以上児** お弁当です
5	19	土	牛乳 ゴールド キウイ	ミートソーススパゲッティ かぼちゃのごまマヨネーズ　オレンジ　麦茶		牛乳 ミルクカステラ	**3歳以上児** ご飯は必要 ありません
7	21	月	牛乳 バナナ	大根と鶏肉の炒め煮　ごま酢和え みそ汁(もやし・にら)　パイナップル	おにぎり	牛乳 フレンチドック	**3歳以上児** おにぎりの日
8	22	火	牛乳 キウイ フルーツ	ハッシュドポーク　サラダ菜 マカロニスープ　オレンジ	ロールパン	麦茶 ごま塩おにぎり かりこりきゅうり	**3歳以上児** 主食がパンでも もよい日です
9	23	水	牛乳 グレープ フルーツ	鮭ザンギ　アスパラ炒め　バナナ みそ汁（玉ねぎ・わかめ・にんじん）	ごはん	牛乳 アーモンド クッキー	
10	24	木	牛乳 オレンジ	しょうゆラーメン　白和え　ゴールドキウイ		牛乳 おさつ蒸しパン	
11		金	バナナ ヨーグルト	たらのごまみそ焼き　四色きんぴら すまし汁（小ねぎ・かまぼこ）　パイナップル	ごはん	お茶 くずもち	
	25 誕生会	金	バナナ ヨーグルト	☆★わいわい手巻き寿司★☆ 手巻き寿司（納豆　ツナマヨ　豚肉の甘辛煮　卵　胡瓜） プチゼリー　すまし汁　ゴールドキウイ		牛乳 ロールケーキ	**3歳以上児** ご飯は必要 ありません
12	26	土	牛乳 キウイ	カレーうどん　じゃが芋のそぼろ煮　オレンジ		牛乳 お菓子	**3歳以上児** ご飯は必要 ありません
14	28	月	牛乳 グレープ フルーツ	和風ハンバーグ　ボイルキャベツ ミニトマト　みそ汁（しめじ・揚げ）	おにぎり	牛乳 ほうれん草の パンケーキ	**3歳以上児** おにぎりの日
	29	火	バナナ ヨーグルト	たらのごまみそ焼き　四色きんぴら すまし汁（小ねぎ・豆腐）　パイナップル	ごはん	お茶 くずもち	
	30	水	牛乳 オレンジ	チンジャオロース　ナムル風 みそ汁（玉ねぎ・わかめ）　キウイ	ごはん	アイスクリーム ウエハース ☆昆布	

＊6月分の３歳未満児の栄養量は
<u>エネルギー 474kcal、たんぱく質16.9ｇ、脂肪15.0ｇ</u>が平均給与量です。
＊6月分の３歳以上児の栄養量（ごはんの持参分は含みません）は
<u>エネルギー 383kcal、たんぱく質16.0g、脂肪15.6g</u>が平均給与量です。
☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつの時に『するめ』or『こんぶ』or『小魚』を食べる日です。
※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。