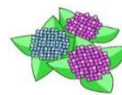




6 月 献 立 表



R3.5.31 新中央保育園

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 納豆和え スライストマト 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 アスパラ炒め オレンジ		牛乳 みそだれ団子	
4 遠足	18	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	3歳以上児 お弁当を 持ってきて ください
5	19	土	牛乳 オレンジ	ミートソーススパゲッティ かぼちゃのごまマヨネーズ キウイ 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 ほうれん草の和え物 みそ汁（玉ねぎ・わかめ・にんじん） バナナ	ごはん	牛乳 きなこクッキー	
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	25	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・豆腐） パイナップル	ごはん	お茶 くずもち	
12	26	土	牛乳 キウイ	カレーうどん ジャガ芋のそぼろ煮 オレンジ		牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
		土	 運 動 会 				
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	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） メロン	ごはん	アイスクリーム ウエハース ☆昆布	
	30 誕生会	水	牛乳 バナナ	☆☆ワクワクくまさんランチ☆☆ くまさんのそぼろ丼 びっくりドンキー風サラダ フライドポテト ゴールドキウイ 野菜スープ		牛乳 ロールケーキ	お誕生会 3歳以上児 ご飯は必要 ありません

*6月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 473kcal、たんぱく質17.0g、脂肪15.6g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

エネルギー 389kcal、たんぱく質16.3g、脂肪16.4g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。