



6月献立表



R5.5.31

新中央保育園

| 日 | 曜 | 午前おやつ | 昼 食 | | 午後おやつ | 備 考 | |
|----|----|-------|---------------|--|-----------------------------------|---------------------------|-------------------------|
| | | 3歳未満児 | 全 園 児 | 3歳未満児 | 全 園 児 | | |
| 1 | 15 | 木 | 牛乳 バナナ | きつねうどん ほうれん草とキャベツのごまみそ和え オレンジ | 麦茶 とりそばろおにぎり たくあん | | |
| 2 | 16 | 金 | フルーツ ヨーグルト | チキンカレー ごぼうのサラダ 野菜ジュース | ごはん 牛乳 ジャムクラッカー (ストロベリー) | | |
| 3 | 17 | 土 | 牛乳 果物 | ミートソーススパゲッティ 豆腐のサラダ | バナナ 牛乳 お菓子 | 3歳以上児 ご飯は必要 ありません | |
| 5 | 19 | 月 | 牛乳 オレンジ | 豆腐の五目焼き ブロッコリーのごまあえ みそ汁(キャベツ・なめこ) パイン | おにぎり 牛乳 蒸しパン | 3歳以上児 おにぎりの日 | |
| 6 | 20 | 火 | 牛乳 バナナ | さばのおろし煮 ほうれん草のおひたし みそ汁(じゃが芋・人参) ゴールドキウイ | ごはん 麦茶 くずもち | | |
| 7 | 21 | 水 | 牛乳 キウイ | ちくわ入かき揚げ 炒め納豆 みそ汁(わかめ・もやし) ミニトマト | ごはん フルーツポンチ ベビーチーズ | | |
| 8 | 22 | 木 | 牛乳 オレンジ | しょうゆラーメン ひじき入り白和え | バナナ 牛乳 一口ドーナツ | | |
| 9 | 23 | 金 | フルーツ ヨーグルト | カレー肉じゃが きゅうりのゆかりづけ みそ汁(豆腐・しめじ) オレンジ | ごはん 牛乳 ☆昆布 麩のラスク | | |
| 10 | 24 | 土 | 牛乳 果物 | 五目うどん さつま芋のそばろ煮 | キウイ 牛乳 バウムクーヘン | 3歳以上児 ご飯は必要 ありません | |
| | 24 | 土 | 運 動 会 | | | | |
| 12 | 26 | 月 | 牛乳 バナナ | 魚と野菜のレモン風味蒸し ブロッコリー みそ汁(さつま芋・油揚げ) パイン | わかめ おにぎり 牛乳 人参クッキー | 3歳以上児 おにぎりの日 | |
| 13 | 27 | 火 | 牛乳 オレンジ | ハッシュドポーク アスパラサラダ わかめスープ ゴールドキウイ | 食パン 牛乳 きなこ団子 | 3歳以上児 主食がパンで もよい日です | |
| 14 | 28 | 水 | 牛乳 キウイ | 豆腐のすくいあげあんかけ 切干大根のソテー みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) バナナ | ごはん 牛乳 ☆小魚 ミニ焼きドーナツ | | |
| | 29 | 木 | 牛乳 バナナ | カレーうどん 中華風和え | オレンジ 麦茶 しらす入お好み焼き | | |
| | 30 | 金 | フルーツ ヨーグルト | ♪ルンルンドラえもんランチ♪ ドラえもんマーボー豆腐丼 ナムル風 中華風コーンスープ ブチゼリー メロン | | 牛乳 あじさいパフェ | 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 445kcal、たんぱく質 16.3g、脂肪 14.6g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 354kcal、たんぱく質 15.1g、脂肪 15.1g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、午後のおやつの際に『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。