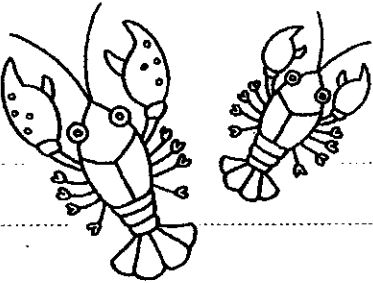



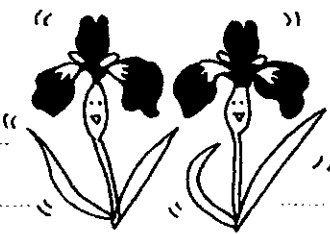
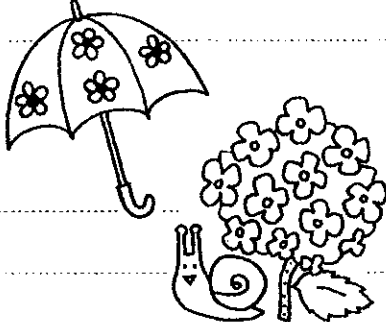

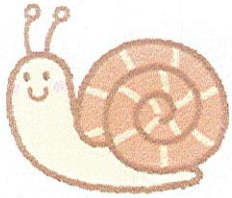


令和03年6月分 給食予定献立表

3歳未満児 アケボノ保育園

月	火	水	木	金	土
	1 ご飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 三色おひたし フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 じゃこトースト エネルギー：543Kcal 蛋白質：19.9g 脂質：18.3g 塩分：2g	2 ご飯 いらのかき卵汁 マーボー豆腐 中華サラダ フルーツ 午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 ナポリタン エネルギー：450Kcal 蛋白質：16.4g 脂質：12.8g 塩分：2g	3 ご飯 味噌汁 ちくわのパン粉焼き 青菜のしらす和え チーズ納豆 フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 スイートポテト エネルギー：558Kcal 蛋白質：19.5g 脂質：17.1g 塩分：1.9g	4 ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ かにかま入り酢の物 フルーツ  午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 梅しらすおにぎり エネルギー：607Kcal 蛋白質：20.4g 脂質：16.2g 塩分：1.9g	5 カレーうどん ダイコンサラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 カステラ エネルギー：414Kcal 蛋白質：11.9g 脂質：11.1g 塩分：1.8g
	7 ご飯 味噌汁 白身魚のフライ きのごサラダ おかかふりかけ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 簡単ピザ エネルギー：579Kcal 蛋白質：22.8g 脂質：18.5g 塩分：1.5g	8 ご飯 味噌汁 豆腐とひじきのハンバーグ 和風サラダ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：482Kcal 蛋白質：20.5g 脂質：12.4g 塩分：1.7g	9 ご飯 スープ チーズオムレット グリーンサラダ フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 もちもちドーナツ エネルギー：670Kcal 蛋白質：22.8g 脂質：28.5g 塩分：1.9g	10 《誕生会》 韓国風混ぜご飯 ワンタンスープ ささみカツ チョレギサラダ フルーツ  午前：ヨーグルト 午後：ショア かたつむりケーキ エネルギー：559Kcal 蛋白質：27.9g 脂質：13g 塩分：1.4g	11 ご飯 味噌汁 さんまのみぞれ煮 厚揚げの味噌炒め フルーツ 午前：牛乳 せんべい 午後：麦茶 シュークリーム エネルギー：588Kcal 蛋白質：21.1g 脂質：24.3g 塩分：1.3g
14 ご飯 わかめスープ カレーぎょうざ 大根サラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 アメリカンドッグ エネルギー：598Kcal 蛋白質：16.4g 脂質：24.3g 塩分：1.7g	15 ご飯 味噌汁 豆腐とエビのケチャップ煮 ごぼうサラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 フライドポテト エネルギー：551Kcal 蛋白質：17.3g 脂質：19.5g 塩分：1.7g	16 ご飯 洋風味噌汁 かじきまぐろのごま味噌焼き かぼちゃのそぼろ煮 納豆 フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：619Kcal 蛋白質：27.7g 脂質：18.2g 塩分：1.7g	17 ご飯 スープ ハムカツ ポテトサラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 クレープ エネルギー：535Kcal 蛋白質：16g 脂質：20g 塩分：1.9g	18 (お弁当の日)  午前：牛乳 クラッカー 午後：野菜ジュース あじさいゼリー エネルギー：201Kcal 蛋白質：4.2g 脂質：8.1g 塩分：2g	19 中華ざる 筑前煮 フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ワッフル せんべい エネルギー：457Kcal 蛋白質：14.7g 脂質：10.2g 塩分：1.7g
21 ご飯 味噌汁 焼き魚(鯖) 切り干し大根のサラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 そうめんチャンプルー エネルギー：507Kcal 蛋白質：20g 脂質：15.6g 塩分：1.9g	22 ご飯 スープ ポークピカタ コールスローサラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 がんづき エネルギー：571Kcal 蛋白質：18.1g 脂質：18g 塩分：1.4g	23 ご飯 味噌汁 チーズ入りちくわ磯辺揚げ しょうゆフレンチサラダ ゆかりふりかけ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ロールパン エネルギー：496Kcal 蛋白質：16.4g 脂質：14.7g 塩分：1.8g	24 ご飯 たまごスープ 豚肉のブルコギ風 もやしナムル フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 ヨーグルト せんべい エネルギー：551Kcal 蛋白質：19.6g 脂質：19.2g 塩分：1.4g	25 ご飯 味噌汁 魚のかりんとう揚げ 青菜の磯部和え フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 味噌焼きおにぎり エネルギー：514Kcal 蛋白質：17.6g 脂質：11.7g 塩分：1.3g	26 肉入りそうめん 大根のきんぴら フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 チーズ蒸しぱん エネルギー：415Kcal 蛋白質：17.5g 脂質：14g 塩分：1.9g
28 ご飯 味噌汁 はんぺんチーズフライ 青菜のなめ苺和え フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：牛乳 かぼちゃマフィン エネルギー：604Kcal 蛋白質：19.7g 脂質：16.2g 塩分：1.7g	29 ご飯 なすとひき肉のカレー チキンナゲット ブロッコリーサラダ チーズフルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 アイスクリーム エネルギー：691Kcal 蛋白質：24.3g 脂質：24.4g 塩分：1.8g	30 ご飯 味噌汁 五目卵焼き 肉じゃが煮 おくら納豆 フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：野菜ジュース クラッカーサンド エネルギー：656Kcal 蛋白質：24.8g 脂質：24.4g 塩分：2g			



6月 たまご組 後期食給食献立予定



アケボノ保育園

日	曜	昼 食	軽 食
1	火	おかゆ、味噌汁、鶏肉のほぐし煮、ほうれん草のお浸し	ミルクトースト
2	水	おかゆ、すまし汁、豆腐のそぼろあんかけ、キャベツサラダ	そうめん汁
3	木	納豆がゆ、味噌汁、魚のうま煮、青菜の和え物	スイートポテト風
4	金	おかゆ、味噌汁、ささみのクリーム煮、かぼちゃの甘煮	魚おじや
5	土	うどん汁、大根サラダ	ヨーグルト、白せんべい
7	月	おかゆ、味噌汁、煮魚、キャベツサラダ	肉入りおじや
8	火	おかゆ、味噌汁、ひじき入りハンバーグ、添え野菜	かぼちゃペーストサンド
9	水	おかゆ、スープ、豆腐のあんかけ、ブロッコリーサラダ	パンケーキ
10	木	おかゆ、スープ、鶏肉のミルク煮、さつまいもの甘煮	そうめん汁
11	金	おかゆ、味噌汁、魚のうま煮、キャベツサラダ	野菜おじや
12	土	うどん汁、じゃがいもの煮物	ヨーグルト、白せんべい
14	月	おかゆ、スープ、肉団子煮、大根サラダ	パンケーキ
15	火	おかゆ、味噌汁、豆腐のクリーム煮、ほうれん草のお浸し	じゃがいもおやき
16	水	納豆がゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、かぼちゃのそぼろ煮	ミルクトースト
17	木	おかゆ、スープ、ささみのうま煮、ポテトサラダ風	うどん汁
18	金	おかゆ、すまし汁、魚のみそ煮、青菜の和え物(満1歳以上お弁当)	肉入りおじや
19	土	そうめん汁、ブロッコリーサラダ	ヨーグルト、白せんべい
21	月	おかゆ、味噌汁、煮魚、切り干し大根の煮物	そうめん汁
22	火	おかゆ、スープ、鶏肉のうま煮、キャベツサラダ	蒸しぱん
23	水	おかゆ、味噌汁、魚のミルク煮、かぼちゃの甘煮	さつまいもペーストサンド
24	木	おかゆ、スープ、ささみのほぐし煮、ほうれん草のお浸し	ヨーグルト、白せんべい
25	金	おかゆ、味噌汁、煮魚、青菜の和え物	野菜おじや
26	土	そうめん汁、大根のきんぴら	パンケーキ
28	月	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、さつまいもの甘煮	かぼちゃのカップケーキ
29	火	おかゆ、シチュー、肉団子のあんかけ、ブロッコリーサラダ	魚おじや
30	水	納豆がゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、じゃがいもの煮物	うどん汁