

令和04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 鮭の生姜焼き 切り干し大根煮 フルーツ 午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 フレンチトースト エネルギー：512Kcal 蛋白質：24.6g 脂質：14.4g 塩分：1.4g	2 ご飯 コーンポタージュ 鶏肉とズッキーニのトマト煮 コールスローサラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 フルーツゼリー エネルギー：588Kcal 蛋白質：19.6g 脂質：19.5g 塩分：2g	3 ご飯 味噌汁 ちくわのパン粉焼き 筑前煮 おかかふりかけ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ココア蒸しパン エネルギー：520Kcal 蛋白質：18.9g 脂質：12.7g 塩分：1.5g	4 わかめうどん 豚肉と茄子の味噌炒め フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 タルト せんべい エネルギー：457Kcal 蛋白質：13.9g 脂質：16.3g 塩分：1.7g
		6 ご飯 味噌汁 ポテトコロケ キャベツのごま和え フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ツナコーンドリア エネルギー：613Kcal 蛋白質：20.1g 脂質：23g 塩分：1.7g	7 ご飯 中華スープ 肉団子の甘酢あんかけ もやしナムル フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 チュロス エネルギー：475Kcal 蛋白質：18.1g 脂質：14.7g 塩分：1.5g	8 ご飯 味噌汁 かじきまぐろの竜田揚げ 香味サラダ フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 おかかチーズおにぎり エネルギー：517Kcal 蛋白質：21.9g 脂質：14.7g 塩分：1.7g	9 <<誕生会>> タコライス アーサー汁 豆腐チャンプルー 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：579Kcal 蛋白質：27.8g 脂質：17.4g 塩分：2.1g
13 ご飯 スープ カレーぎょうざ フレンチサラダ フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：牛乳 クロワッサン エネルギー：549Kcal 蛋白質：15.7g 脂質：23g 塩分：1.8g	14 ご飯 味噌汁 五目卵焼き 肉じゃが煮 ポリポリ納豆 フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 じゃこトースト エネルギー：581Kcal 蛋白質：22.4g 脂質：21.5g 塩分：2g	15 ご飯 スープ 鱈のトマトソースがけ スパゲッティサラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 バナナケーキ エネルギー：574Kcal 蛋白質：17.6g 脂質：22g 塩分：1.5g	16 ご飯 味噌汁 和風ハンバーグ グリーンサラダ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：465Kcal 蛋白質：19.4g 脂質：15.4g 塩分：1.4g	17 (お弁当の日)  午前：牛乳 ビスケット 午後：野菜ジュース ゼリー せんべい エネルギー：255Kcal 蛋白質：6g 脂質：6.5g 塩分：.3g	18 中華ざる 五目きんぴら フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ドーナツ エネルギー：403Kcal 蛋白質：12.7g 脂質：12.1g 塩分：1.4g
20 ご飯 味噌汁 はんぺんチーズフライ キャベツの塩昆布和え フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：557Kcal 蛋白質：21.8g 脂質：15.3g 塩分：1.9g	21 ご飯 スープ ポークピカタ ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ 午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 アイスクリューム エネルギー：504Kcal 蛋白質：18.4g 脂質：20.5g 塩分：1.5g	22 ご飯 わかめスープ マーボー豆腐 中華サラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 じゃこわかめおにぎり エネルギー：504Kcal 蛋白質：17.7g 脂質：14.3g 塩分：1.1g	23 ご飯 ポークカレー ウィンナー 和風サラダ フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 りんごソファール せんべい エネルギー：571Kcal 蛋白質：21.6g 脂質：21g 塩分：1.8g	24 ご飯 すまし汁 鱈の味噌煮 かにかま入り酢の物 めかぶ納豆 フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 スイートポテト エネルギー：536Kcal 蛋白質：19.6g 脂質：14.4g 塩分：2g	25 ねばねばそうめん 大根のそぼろあんかけ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 チーズ蒸しぱん エネルギー：1501Kcal 蛋白質：47g 脂質：15.4g 塩分：15g
27 ご飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草のきのこ和え フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：牛乳 マドレーヌ エネルギー：561Kcal 蛋白質：19.3g 脂質：23.2g 塩分：1.3g	28 ご飯 味噌汁 白身魚のフライ 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 せんべい 午後：牛乳 ホットドック エネルギー：533Kcal 蛋白質：20g 脂質：17.9g 塩分：1.5g	29 ご飯 スープ ほうれん草と卵のチーズ焼き エリンギのソテー ゆかりふりかけ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ホットケーキ エネルギー：681Kcal 蛋白質：24g 脂質：32.4g 塩分：1.9g	30 ご飯 味噌汁 鮭の南蛮漬け 青菜の磯部和え フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 アイスクリューム エネルギー：584Kcal 蛋白質：18.3g 脂質：20.5g 塩分：1.2g		



6月 たまご組 後期食給食献立予定



日	曜	昼 食	軽 食
1	水	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、切り干し大根煮	ミルクトースト
2	木	おかゆ、スープ、ささみのミルク煮、キャベツサラダ	魚おじや
3	金	おかゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、かぼちゃの甘煮	蒸しパン
4	土	うどん汁、ブロッコリーサラダ	ヨーグルト、白せんべい
6	月	おかゆ、味噌汁、じゃがいものそぼろ煮、キャベツサラダ	野菜おじや
7	火	おかゆ、スープ、肉団子煮、ほうれん草のお浸し	パンケーキ
8	水	おかゆ、味噌汁、煮魚、さつまいもの甘煮	肉入りおじや
9	木	おかゆ、すまし汁、豆腐チャンプルー風、ブロッコリーサラダ	うどん汁
10	金	おかゆ、スープ、鶏肉のほぐし煮、青菜の和え物	魚おじや
11	土	そうめん汁、かぼちゃの甘煮	ヨーグルト、白せんべい
13	月	おかゆ、スープ、ささみのクリーム煮、ほうれん草サラダ	野菜おじや
14	火	納豆がゆ、味噌汁、豆腐のそぼろ煮、肉じゃが煮風	バナナサンド
15	水	おかゆ、スープ、魚のうま煮、キャベツサラダ	カップケーキ
16	木	おかゆ、味噌汁、ハンバーグ、ブロッコリーサラダ	ミルクトースト
17	金	おかゆ、すまし汁、煮魚、さつまいもの甘煮(満1歳以上はお弁当)	肉入りおじや
18	土	うどん汁、じゃがいものそぼろ煮	ヨーグルト、白せんべい
20	月	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、キャベツサラダ	かぼちゃペーストサンド
21	火	おかゆ、味噌汁、鶏肉のうま煮、青菜の和え物	そうめん汁
22	水	おかゆ、スープ、豆腐のそぼろあんかけ、かぼちゃサラダ	魚おじや
23	木	おかゆ、シチュー、肉団子煮、ポテトサラダ風	パンケーキ
24	金	納豆がゆ、すまし汁、魚のみそ煮、ブロッコリーサラダ	スイートポテト風
25	土	そうめん汁、大根のそぼろあんかけ	ヨーグルト、白せんべい
27	月	おかゆ、味噌汁、ささみのほぐし煮、ほうれん草のお浸し	カップケーキ
28	火	おかゆ、味噌汁、煮魚、キャベツサラダ	ミルクトースト
29	水	おかゆ、スープ、豆腐のミルク煮、さつまいもサラダ	うどん汁
30	木	おかゆ、味噌汁、魚のほぐし煮、青菜の和え物	野菜おじや