



# 6月献立



月

火

水

木

金

土

	1	2	3	4	5	6
昼食	ご飯 みそ汁 肉じゃが 酢の物	煮込みうどん ツナサラダ	麻婆豆腐丼 甘酢漬け わかめスープ	ご飯 すまし汁 魚の味噌煮 千草和え	ロールパン クリームシチュー りんごサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 五平餅	牛乳 みかんゼリー	牛乳 チーズ蒸しパン	白湯 おにぎり	牛乳 せんべい
	8	9	10	11	12	13
昼食	ご飯 みそ汁 煮魚 甘酢和え	にゅうめん ポテトサラダ	カレーライス コールスロー スープ	ご飯 みそ汁 鶏つくね 茹で野菜	食パン チキンスープ みかんサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 じゃが芋バター焼	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 ホットケーキ	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
	15	16	17	18	19	20
昼食	ご飯 みそ汁 魚の香味焼き 酢の物	中華丼 粉ふき芋 豆腐入りスープ	けんちんうどん 卵入りサラダ	ご飯 みそ汁 南瓜のそぼろ煮 ごまサラダ	レーズンパン コーンシチュー りんごサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 お好み焼き	牛乳 オレンジ寒天	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 人参蒸しパン	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
	22	23	24	25	26	27
昼食	ご飯 みそ汁 魚の照り焼き 胡麻酢和え	ミートソーススパゲッティ 大根サラダ スープ	豚丼 しらすサラダ さつま汁	ご飯 みそ汁 ハンバーグ 茹で野菜	ロールパン 具沢山スープ パインサラダ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 チーズトースト	牛乳 ごはんせんべい	牛乳 りんごゼリー	牛乳 レーズンホットケーキ	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
	29	30				
昼食	ご飯 みそ汁 魚の南部焼 彩りサラダ	冷やしそうめん ツナサラダ				
おやつ	牛乳 ジャーマンポテト	牛乳 ワッフル				

1ヵ月の平均栄養量	エネルギー	462kcal
	たんぱく質	17.3g
	カルシウム	204
	鉄	1.5mg
	ビタミンC	36

### 間食献立表 (延長保育を希望される場合に提供)

月	火	水	木	金
おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物	おにぎり すまし汁 果物	おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物

### 夕食献立表 (延長保育を希望される場合に提供)

2日	5日	9日	16日	23日
親子丼 サラダ みそ汁 果物	カレーライス サラダ みそ汁 果物	照り焼き丼 サラダ みそ汁 果物	チャーハン サラダ みそ汁 果物	そばろ丼 サラダ みそ汁 果物

- ※材料は 納品状況などにより、メニューの変更がある場合があります。
- ※朝のおやつは せんべいと牛乳、又はビスケットと牛乳などがあります。
- ※土曜保育のお申込みは、前月の20日までにお願ひ致します。
- ※延長おやつは、パンと牛乳、又はビスケットと牛乳が付きます。

30日
チキンライス サラダ みそ汁 果物

- ※間食をご利用いただく場合は、ご利用いただく 前週の水曜日の朝までにお知らせください。
- ※昼食には、オレンジ・キウイ・バナナ・りんご・パインなどの果物が付きます。季節・入荷により変更が有ります。
- ※線より下は午後おやつになります。 ※金曜日は、昼食に牛乳を飲みます。