



6月の献立



月 火 水 木 金 土

昼食			1 麻婆豆腐丼 春雨サラダ 卵スープ	2 ご飯 みそ汁 豚の生姜焼き ごまサラダ	3 レーズンパン パンプキンシチュー みかんサラダ	4 パン スープ 果物
			牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 りんご寒天	白湯 おにぎり・昆布	牛乳 せんべい
おやつ	6 ご飯 みそ汁 魚のサクサクソテー スティック野菜	7 きつねうどん 卵入りサラダ	8 そばろ丼 三色漬け さつま汁	9 ご飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ コーンサラダ	10 ロールパン チキンスープ パインサラダ	11 パン スープ 果物
	牛乳 二色サンド	牛乳 五平餅	牛乳 レーズンホットケーキ	牛乳 オレンジゼリー	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
昼食	13 ご飯 みそ汁 煮魚 甘酢和え	14 サンマー麺 ツナサラダ	15 ひじきご飯 南瓜サラダ つくね汁	16 ご飯 みそ汁 豚血 しらすサラダ	17 黒糖パン クリームシチュー フルーツサラダ	18 パン スープ 果物
	牛乳 シュガーラスク	牛乳 チャーハン	牛乳 マープル蒸しパン	牛乳 ぶどう寒天	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
おやつ	20 ご飯 みそ汁 魚の竜田揚げ 甘酢漬け	21 塩焼きそば 大根サラダ わかめスープ	22 チキンライス 醬油フレンチ スープ	23 ご飯 みそ汁 鶏つくね 茹で野菜	24 食パン 肉団子スープ マカロニサラダ	25 パン スープ 果物
	牛乳 お麩スナック	牛乳 じゃこおにぎり	牛乳 ホットケーキ	牛乳 パインゼリー	白湯 おにぎり・煮干し	牛乳 せんべい
昼食	27 ご飯 みそ汁 魚のステーキ 春雨の酢の物	28 カレーライス コールスロー スープ	29 にゅうめん ひじきポテサラ	30 ご飯 みそ汁 鶏の唐揚げ 即席漬け		
	牛乳 お好み焼き	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 フルーツヨーグルト		

1ヵ月の平均栄養量	エネルギー	462kcal
	たんぱく質	17.2g
	カルシウム	199mg
	鉄	1.6mg
	ビタミンC	31



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

- ※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。
- ※昼食には、りんご・キウイ・バナナ・みかんなどの果物が付きます。季節・入荷により変更が有ります。
- ※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。
- ※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。
- ※延長おやつは、パンと牛乳、又はビスケットと白湯が付きます。
- ※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。
- ※お誕生日会の日は、昼食時間が10分早くなります。

