



6月の献立

2020. 6. 1
たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児 添加食	おやつ	延長補食	栄養エネルギー 蛋白質		
						乳児	幼児	
1 29	月	ごはん たららの香り揚げ 大根の味噌汁 キャベツとオクラの和え物 果物	ジャーマン ポテト	牛乳 黒糖蒸しパン	ふりかけ にぎり	539 18 149 17	564 195 135 20	
2 30	火	ロールパン ポークビーンズ えのきともやしの野菜スープ 果物	ブロッコリー ソテー	牛乳 鮭にぎり	塩こんぶ にぎり	526 214 177 23	624 243 209 25	
3	水	ごはん かじきのねぎ味噌焼き 果物 小松菜の中華風和え物 すまし汁	ウインナー ソテー	牛乳 焼きそば	おかかにぎり	554 212 204 18	582 228 182 19	
4 18	木	ごはん 照焼きチキン 農村サラダ 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	大根の甘煮	牛乳 白玉きなこ	さつまいも おにぎり	525 225 148 16	538 233 170 20	
5	金	鮭寿司 かぼちゃのバター煮 具だくさん味噌汁 果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	豚そぼろ にぎり	529 179 168 23	546 189 157 21	
6 20	土	チキンピラフ 野菜スープ ほうれん草とコーンのソテー 果物	粉ふき芋	オレンジジュース ジャムサンド	—————	466 122 90 13	519 141 111 15	
8 22	月	雑穀ごはん 煮魚 ひじきの和え物 豆腐となめこの味噌汁 果物	かき揚げ	牛乳 豆乳ケーキ	ふりかけ にぎり	539 217 168 14	583 246 156 16	
9 23	火	ジャージャー麺 もやしのナムル かぶのスープ 果物	鮭の バター焼き	牛乳 かぶの葉にぎり	茶めしにぎり	545 216 180 19	500 210 182 23	
10 24	水	ごはん さばの生姜煮 えび入り春雨サラダ 大根と油揚げの味噌汁 果物	さつまいもの 天ぷら	牛乳 マカロニみたらし	ごま おにぎり	572 208 186 17	588 236 179 20	
11 25	木	ごはん 生揚げのそぼろあんかけ かぼちゃの味噌汁 果物	りんごの 甘煮	牛乳 みかんゼリー	鮭にぎり	533 181 193 15	509 211 217 18	
12 26	金	ごはん 回鍋肉 野菜入りわかめスープ 果物	煮魚 (かじき)	牛乳 のり巻き	塩むすび	541 194 113 19	574 183 112 22	
13 27	土	和風スパゲティー さつまいもの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ 果物	スティック チーズ	麦茶 おかかにぎり	—————	466 142 107 18	483 133 89 18	
17	水	ごはん ぶりの照り焼 茄子の味噌汁 ほうれん草とえのきのお浸し 果物	さつまいもとりんご のバター煮	牛乳 メープルパン	おかかにぎり	545 197 161 16	582 228 174 20	
19	金	枝豆ごはん 豆腐ハンバーグ 果物 もやしのごま酢和え キャベツと玉ねぎの味噌汁	煮豆	牛乳 無添加菓子	豚そぼろ にぎり	500 195 193 19	618 226 210 23	

*都合により、メニュー、材料が変更になる場合があります

*延長補食には上記のほか麦茶が付きます

*今月のフルーツは、ジューシーオレンジ、メロン、りんごのローテーションとなります

*11日、25日(木)のおやつは、みかんゼリーの他におせんべいが付きます

*かぶの葉にぎりは新メニューです

