



6月の献立

2021. 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	栄養量エネルギー 蛋白質脂肪	
						乳児	幼児
1・15 29	火	豚肉と野菜のあんかけ丼 煮豆 なすの味噌汁 果物	じゃが芋の 甘煮	牛乳 お好み焼き	おかか にぎり	567 200 172 21	634 223 193 20
2 16	水	ごはん ぶりの照焼き 果物 ほうれん草のごま和え 玉ねぎの味噌汁	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 おさつスティック	豚そぼろ にぎり	579 190 199 17	604 203 200 15
3 17	木	ロールパン 鶏肉のトマト煮 野菜スープ 果物	ゆで ブロッコリー	牛乳 和風ツナにぎり	ふりかけ にぎり	528 203 203 19	587 218 237 20
4	金	雑穀ごはん 鮭の味噌焼き 酢の物 麩のすまし汁 果物	ウインナー ソテー	牛乳 いなりずし	ごま塩 にぎり	557 250 166 20	573 273 134 22
5 19	土	野菜とウインナーのピラフ 果物 さつま芋の甘煮 野菜スープ	スティック チーズ	牛乳 ジャムサンド	————	557 175 195 20	620 174 196 20
7 21	月	ごはん 鶏の照焼き 農村サラダ 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	煮魚 (おひょう)	牛乳 黒糖蒸しパン	塩こんぶ にぎり	530 262 161 18	613 260 179 21
8 22	火	ジャージャー麺 もやしのスープ ほうれん草とコーンのナムル 果物	魚の 磯辺揚げ	牛乳 切干大根にぎり	塩むすび	523 229 185 17	534 209 169 20
9 23	水	ごはん 厚揚げの炒め物 大根の味噌汁 果物	ジャーマン ポテト	牛乳 みかんゼリー	ふりかけ にぎり	538 175 204 13	572 192 198 15
10 24	木	ごはん かじきの照焼 すじょうゆ和え 豆腐となめこの味噌汁 果物	さつま芋の 甘煮	牛乳 あんぱん	ごま おにぎり	586 219 170 21	627 248 190 22
11 25	金	鮭すし かぼちゃのバター煮 具だくさん味噌汁 果物	かき揚げ	牛乳 無添加菓子	茶めし にぎり	518 155 175 17	523 169 150 20
12 26	土	和風スパゲティー 粉ふき芋 果物 玉ねぎとベーコンのスープ	大根の 甘煮	牛乳 塩こんぶにぎり	————	478 150 132 15	525 169 144 18
14 28	月	カレーライス 大根とツナのサラダ わかめスープ 果物	りんごの 甘煮	牛乳 マカロニみたらし	鮭こぎり	550 180 174 19	634 209 202 23
18	金	枝豆ごはん アジフライ おかか和え かぼちゃの味噌汁 果物	人参の 甘煮	牛乳 いなりずし	さつまいも にぎり	588 231 161 22	666 265 178 20
30	水	ごはん いわしの蒲焼 果物 アスパラのおかか和え キャベツと油揚げの味噌汁	かぼちゃの バター煮	牛乳 コーントースト	豚そぼろ にぎり	518 190 168 19	605 231 193 22

※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

※9日と23日のおやつはみかんゼリーのほかにおせんべいが付きます

