



# 6月の献立

2023. 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	木	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 ごまおにぎり	茶めし にぎり	488 184 178 16	587 208 200 16
2, 16 30	金	ごはん 照り焼きチキン 農村サラダ かぶの味噌汁 果物	大根の 甘煮	牛乳 のりまき	おかか にぎり	538 246 139 20	602 284 159 23
3 17	土	野菜とウインナーのピラフ ジャか芋もの甘煮 キャベツと玉ねぎのスープ 果物	スティック チーズ	牛乳 ジャムロールパン	—	540 188 221 21	605 190 229 23
5 19	月	ごはん 生揚げのそぼろあんかけ 茄子の味噌汁 果物	さつまいもの バター煮	牛乳 マカロニカレー煮	ふりかけ にぎり	529 211 193 20	562 239 210 23
6 20	火	ごはん ぶりの照り焼 大根と人参の味噌汁 ほうれん草とえのきのお浸し 果物	ウインナー ソテー	牛乳 豆乳ケーキ	豚そぼろ にぎり	550 205 211 14	589 226 198 15
7 21	水	豚肉と野菜のあんかけ丼 具だくさん味噌汁 果物	ほうれん草と しらすのソテー	牛乳 みかんゼリー	鮭こぎり	485 166 177 17	555 180 183 20
8 22	木	ジャージャー麺 もやしのナムル ベーコンスープ 果物	かじきの いそべ揚げ	牛乳 じゃこおかかおにぎり	塩むすび	550 225 198 17	550 216 192 20
9 23	金	ごはん 鱈のパン粉焼き 果物 トマトの和え物 かぼちゃの味噌汁	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 無添加菓子	ごま塩 にぎり	530 204 207 21	560 221 207 20
10 24	土	和風スパゲティー かぼちゃの甘煮 野菜スープ 果物	スティック チーズ	牛乳 塩こんぶおにぎり	—	488 168 152 21	444 158 136 22
12 26	月	ごはん マーボー豆腐 わかめスープ 果物	魚の 竜田揚げ	牛乳 ジャムロールパン	ふりかけ にぎり	528 217 192 18	561 222 187 21
13 27	火	鮭すし さつまいもとりんごのバター煮 具だくさん味噌汁 果物	かき揚げ	牛乳 卵入りホットケーキ (はちみつかけ)	ごま おにぎり	544 171 131 16	564 187 109 20
14 28	水	ごはん たらの香り揚げ 酢の物 人参と玉ねぎの味噌汁 果物	煮豆	牛乳 ナポリタン	塩こんぶ にぎり	537 200 184 19	566 226 203 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、りんご、ジューシーオレンジ、メロンのローテーションとなります

\*7日と21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

