

《 6月の献立表 》

H30年度 すなはらほいくえん

		かりん・もも		幼児	
		昼食	おやつ	昼食	おやつ
1	金	ごはん ピーマンの甘酢和え 切干大根煮 味噌汁	牛乳 おせんべい ビスケット	ごはん ピーマンの甘酢和え 切干大根サラダ 味噌汁	牛乳 おせんべい ビスケット
2	土	切り昆布ごはん ジャーマンポテト 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子	切り昆布ごはん ジャーマンポテト 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子
4	月	ごはん 鮭の西京焼き 華風和え 味噌汁	牛乳 フルーツポンチ★	ごはん 鮭の西京焼き 華風和え 味噌汁	牛乳 フルーツポンチ★
5	火	ごはん 肉団子煮 ほうれん草ごまあえ 味噌汁 オレンジ	牛乳 手作りピッツア★	ごはん ふきの信田巻き ほうれん草ごまあえ 味噌汁 びわ	牛乳 手作りピッツア★
6	水	ごはん カレイの和風マリネ バジルポテト 味噌汁 トマト	牛乳 梅ソーススパゲッティ★	ごはん カレイの和風マリネ バジルポテト 味噌汁 トマト	牛乳 梅ソーススパゲッティ★
7	木	ごはん ムサカ チーズ入りサラダ 味噌汁	牛乳 おかかごはん★	ごはん ムサカ チーズ入りサラダ 味噌汁	牛乳 味噌おにぎり★
8	金	ごはん パーベキューチキン あっさりサラダ 味噌汁	牛乳 あじさいゼリー★	ごはん パーベキューチキン あっさりサラダ 味噌汁	牛乳 あじさいゼリー★
9	土	こぎつねごはん 大根のツナ煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子	こぎつねごはん 大根のツナ煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子
11	月	ごはん なすと鶏肉のにんにく味噌炒め 春雨サラダ 味噌汁	牛乳 沖縄風まぜご飯★	ごはん なすと鶏肉のにんにく味噌炒め 春雨サラダ 味噌汁	牛乳 沖縄風まぜご飯★
12	火	ごはん まぐろカツ きゅうりの酢の物 味噌汁 トマト	牛乳 かたつむりパン★	ごはん まぐろカツ きゅうりわかめの酢の物 味噌汁 トマト	牛乳 かたつむりパン★
13	水	ごはん 肉じゃが キャベツとツナの味噌ドレ 味噌汁 スイカ	牛乳 冷やしうどん★	ごはん 肉じゃが キャベツとツナの味噌ドレ 味噌汁 スイカ	牛乳 冷やしうどん★
14	木	サラダ寿司 鮭の塩麴焼き コロコロサラダ 味噌汁	牛乳 チヂミ★	サラダ寿司 鮭の塩麴焼き コロコロサラダ 味噌汁	牛乳 チヂミ★
15	金	チキンハヤシライス キャベツといんげんのごま和え 味噌汁	野菜ジュース おせんべい	チキンハヤシライス キャベツといんげんのごま和え 味噌汁	野菜ジュース おせんべい
16	土	豚肉と切り昆布のまぜご飯 じゃが芋華風煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子	豚肉と切り昆布のまぜご飯 じゃが芋華風煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子
18	月	ごはん 鮭のムニエル スパゲティサラダ 味噌汁	麦茶 ビスケット ヨーグルト	ごはん 鮭のカレームニエル スパゲティサラダ 味噌汁	麦茶 ビスケット ヨーグルト
19	火	ごはん ささみの梅ソース 味噌汁 きゅうりとちくわのごま和え	牛乳 ジャムサンド	ごはん ささみの梅ソース 味噌汁 きゅうりとちくわのごま和え	牛乳 ジャムサンド★
20	水	ごはん マーボーナス 梅ドレサラダ 味噌汁 スイカ	牛乳 ジェノバ風パスタ★	ごはん マーボーナス 梅ドレサラダ 味噌汁 スイカ	牛乳 ジェノバ風パスタ★
21	木	ごはん かじきの南蛮焼き ラタトゥイユ 味噌汁	牛乳 チキンライス★	ごはん かじきの南蛮焼き ラタトゥイユ 味噌汁	牛乳 チキンライス★
22	金	ごはん 梅風味のから揚げ ナムル 味噌汁 スイカ	牛乳 パンケーキ★	ごはん 梅風味のから揚げ ナムル 味噌汁 スイカ	牛乳 パンケーキ★
23	土	こぎつねごはん じゃが芋と厚揚げ煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子	こぎつねごはん じゃが芋と厚揚げ煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子
25	月	ごはん 鮭のソテー ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 焼きビーフン★	ごはん 鮭のソテー ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 焼きビーフン★
26	火	ごはん 鶏の油淋鶏風 ポパイサラダ 味噌汁	牛乳 青菜とひき肉のまぜご飯★	ごはん 鶏の油淋鶏風 ポパイサラダ 味噌汁	牛乳 青菜とひき肉のまぜご飯★
27	水	ごはん カレイのおろし煮 茄子とピーマンのなべしぎ 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★	ごはん カレイのおろし煮 茄子とピーマンのなべしぎ 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★
28	木	カレーライス(かりんカレー風) コールスローサラダ すまし汁	麦茶 フルーツヨーグルト★	カレーライス コールスローサラダ つみれ汁	麦茶 フルーツヨーグルト★
29	金	ごはん さけの蒲焼き レモン風味ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 ビスケット おせんべい	ごはん アジの蒲焼き レモン風味ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 ビスケット おせんべい
30	土	鮭わかめご飯 大根のツナ煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子	鮭わかめご飯 大根のツナ煮 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子

エネルギー437kcal 脂質17.0g タンパク質12.4g 塩分2.0g

エネルギー514kcal 脂質20.0g タンパク質14.9g 塩分2.5g

* 仕入れにより献立が変更する場合があります。 ★印は手作りおやつです

記載されている食材を食べて、アレルギー症状がでたことのある場合はお申し出ください。(喉の違和感も含む) 面談の上対応を検討させていただきます。