

令和元年度 6月				6月献立予定表				慈照幼稚園			
	曜日	3歳未満児	主食	副食献立名	食品の働き			間食献立名 (3時のおやつ)			
		10時のおやつ			血や肉や骨	熱や力	体の調子を整える				
1	土	おせんべい お茶	うどん	鶏塩うどん チーズ バナナ	鶏肉 チーズ	うどん	白菜 大根 椎茸 ほうれん草				
3	月	クッキー お茶	クロワッサン ホワイトブレッド	ウィンナー入りコーンシチュー ブロッコリーサラダ グレープフルーツ	ウィンナー シーチキン	クロワッサン ホワイトブレッド じゃがいも	玉ねぎ 人参 ブロッコリー	たこ焼き 牛乳			
4	火	ビスケット お茶	ごはん	かに玉風 切干大根のおひたし 中華スープ オレンジ	カニカマ 卵	ごはん	椎茸 切干大根 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ えのき わかめ	コーンフレーク 牛乳			
5	水	おせんべい お茶	中華麺	焼きそば ワンタンスープ バナナ	ワンタン 豚肉	中華麺	キャベツ 人参 もやし チンゲン菜 椎茸	ひじきおにぎり お茶			
6	木	クラッカー お茶	ごはん	肉じゃが 大豆サラダ 大根の味噌汁 グレープフルーツ	豚肉 大豆 シーチキン	ごはん 白滝 じゃがいも	玉ねぎ 人参 椎茸 大根 長ねぎ しめじ	メロンパン 牛乳			
7	金	クッキー お茶	ふりかけ ごはん	メンチカツ コールスローサラダ コンソメスープ オレンジ	メンチカツ	ごはん	キャベツ 人参 コーン きゅうり ブロッコリー トマト	バナナスティックケーキ 牛乳			
8	土	おせんべい お茶	パスタ	ナポリタン チーズ バナナ	鶏挽肉 チーズ	パスタ	玉ねぎ ピーマン				
10	月	ビスケット お茶	ごはん	親子煮 もやしの酢の物 油揚げの味噌汁 グレープフルーツ	鶏肉 卵 油揚げ 豆腐 わかめ	ごはん	玉ねぎ 人参 椎茸 もやし きゅうり 長ねぎ	ブルーベリーケーキ 牛乳			
11	火	おせんべい お茶	ごはん	鯖の塩焼き ひじきサラダ 大根の味噌汁 オレンジ	鯖 ひじき わかめ	ごはん	人参 きゅうり コーン 大根 えのき	フルーツヨーグルト お茶			
12	水	クッキー お茶	うどん	けんちんうどん いそべ揚げ バナナ	豚肉 磯辺揚げ 油揚げ	うどん	大根 人参 椎茸 ごぼう	鮭わかめおにぎり お茶			
13	木	クラッカー お茶	ごはん	春巻き マカロニサラダ 豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	春巻き ハム 豆腐	ごはん マカロニ	人参 きゅうり コーン 白菜 玉ねぎ	ストロベリーアイス お茶			
14	金	ビスケット お茶	ふりかけ ごはん	チーズハンペンフライ グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ	チーズハンペン	ごはん	ブロッコリー レタス きゅうり アスパラ キャベツ コーン えのき	今川焼き 牛乳			
15	土			父親参観							
17	月	クッキー お茶	ごはん	麻婆豆腐 磯和え ブロッコリースープ パイナップル	豚挽肉 豆腐	ごはん	長ねぎ 椎茸 人参 ニラ ブロッコリー コーン 白菜 ほうれん草	バナナケーキ 牛乳			
18	火	クラッカー お茶	ごはん	鶏肉のマーメレード焼き 人参サラダ 長ねぎの味噌汁 オレンジ	鶏肉 油揚げ	ごはん	人参 長ねぎ ほうれん草 しめじ きゅうり キャベツ コーン	キラキラゼリー お茶			
19	水	おせんべい お茶	パスタ	ミートソース ナゲット バナナ	豚挽肉 ナゲット	パスタ	トマト缶 椎茸 玉ねぎ	チーズおかかおにぎり お茶			
20	木	クッキー お茶	ごはん	高野豆腐の卵とじ キャベツの胡麻和え あおさの味噌汁 グレープフルーツ	卵 高野豆腐 あおさ	ごはん	玉ねぎ 人参 ニラ 椎茸 キャベツ きゅうり コーン 大根 長ねぎ	米粉ケーキ 牛乳			
21	金	ビスケット お茶	ごはん	鮭のちゃんちゃん焼き 中華スープ オレンジ	鮭	ごはん	キャベツ もやし 人参 しめじ えのき 玉ねぎ チンゲン菜	さつま芋と栗のタルト 牛乳			
22	土	おせんべい お茶	うどん	五目うどん チーズ バナナ	豚肉 油揚げ チーズ	うどん	人参 椎茸 長ねぎ				
24	月	クッキー お茶	ごはん	ハンバーグ ブロッコリーサラダ 豆腐のコンソメスープ オレンジ	合挽肉 豆腐 豆乳	ごはん	玉ねぎ ブロッコリー 人参 キャベツ もやし コーン しめじ 長ねぎ	ポップコーン 牛乳			
25	火	ビスケット お茶	ナン	キーマカレー ボイルドサラダ フルーツヨーグルト	豚挽肉	ナン	玉ねぎ トマト缶 ピーマン 人参 ブロッコリー アスパラ インゲン きゅうり	リッツサンド 牛乳			
26	水	おせんべい お茶	うどん	サラダうどん 豆腐のいそべ揚げ バナナ	豆腐の磯辺揚げ わかめ シーチキン	うどん	きゅうり トマト レタス	五目おにぎり お茶			
27	木	クラッカー お茶	さくらごはん	鶏の唐揚げ 春雨サラダ なめこの味噌汁 グレープフルーツ	鶏肉 ハム 春雨	ごはん	人参 きゅうり コーン なめこ 長ねぎ ほうれん草	ツナパン 牛乳			
28	金	クッキー お茶	ごはん	しゅうまい ひじき煮 かぼちゃの味噌汁 オレンジ	しゅうまい 油揚げ 大豆	ごはん かぼちゃ	ひじき 人参 玉ねぎ いんげん	お米でスイートポテト 牛乳			
29	土	おせんべい お茶	パスタ	和風ツナスパゲティー チーカマ バナナ	ツナ チーカマ	パスタ	もやし キャベツ 人参				

6月は、梅雨の季節です。「梅雨」は、1年でもっとも沢山の雨が降る時期です。
気温も高くなり、じめじめして食中毒を起こす細菌の繁殖期です。
しかし、食べ物の中に食中毒の細菌が増えても、
味やにおいは ほとんど変わらないので、注意が必要です。
しっかりと手洗いうがいを心掛けていきましょう。

未満児 エネルギー 370.1kcal たんぱく質11.1g 脂肪8.1g 食塩相当量1.4g (6月平均栄養価)
以上児 エネルギー 433.7kcal たんぱく質15.3g 脂肪10.3g 食塩相当量1.9g 〈 主食を含む 〉
(材料の都合により献立を変更する事があります)
(3歳以上児の給食にはカルシウム強化の為、牛乳がプラスされます)
(※15時のおやつは、栄養価に含まれません)

