

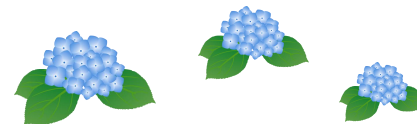
2024年

6月 献立表

まんまる保育園

	月	火	水	木	金	土 1
屋 食						ごはん 味噌汁 (キャベツ・ジャガイモ) 鶏肉の柔らか煮 法蓮草お浸し オレンジ
10時						麦茶 おせんべい
3時						牛乳 ビスケット
	3	4	5	6	7	8
屋 食	ごはん 味噌汁 (高野豆腐・ほうれん草) アジのごま焼き 和風サラダ オレンジ	他人丼 味噌汁 (もやし・人参) パインサラダ バナナ	ごはん 味噌汁 (豆腐・青梗菜) 鶏肉の照焼き ポテトサラダ みかんヨーグルト	ごはん すまし汁 (白菜・あさり) 豚肉と厚揚げのみそ煮 ほうれん草サラダ メロン	ごはん 味噌汁 (さつまいも・いんげん) タラのトマト煮込み キャベツとレズソのヨーグルトサラダ バナナ	焼きそば 味噌汁 (小松菜・高野豆腐) 大根サラダ オレンジ
10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時	牛乳 鶏ひじきごはん	牛乳 ビスケット	牛乳・フルーツゼリー アスパラガスビスケット	牛乳 かぼちゃもち	牛乳 フレンチトースト	牛乳 ビスケット
	10	11	12	13	14	15
屋 食	ごはん スープ (わかめ・玉ねぎ) あさりハンバーグ 花野菜ホットサラダ オレンジ	ごはん 味噌汁 (じゃが芋・玉ねぎ) 鶏のマーマレード焼き コンソメ炒め パインヨーグルト	ごはん 味噌汁 (キャベツ・椎茸) 豆腐の野菜あんかけ かぼちゃの甘煮 バナナ	納豆ご飯 味噌汁 (ほうれん草・しめじ) 五目たまご焼き コルカ-サラダ オレンジ	スバゲティミートソース コーンスープ ごまっこりー フルーツボンチ	ごはん 味噌汁 (里芋・玉ねぎ) アジのカレームニエル 秋草のお浸し バナナ
10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時	牛乳 高野豆腐のグラタン風	牛乳 ビスケット	牛乳 白ごまトースト	牛乳 鮭わかめごはん	牛乳 ココアバナナケーキ	牛乳 ビスケット
	17	18	19	20	21	22
屋 食	ごはん 味噌汁 (しめじ・豆腐) サワラの鍋照焼 ねばねばサラダ オレンジ	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・舞茸) 鶏肉のパン粉焼き スパツナサラダ メロン	高野豆腐のそぼろごはん すまし汁 (小松菜・わかめ) みそドレッシングサラダ バナナ	ごはん 味噌汁 (キャベツ・青梗菜) 豚肉の卵とじ もやしのイサ-炒め ももヨーグルト	パン 具沢山味噌スープ マカロニと鶏肉のケチャップ炒め オレンジ	ごはん 味噌汁 (もやし・玉ねぎ) サバの漬け焼き 煮ころがし バナナ
10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時	牛乳 南瓜のあべかわ	牛乳 ビスケット	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 さつまいものオレンジ煮	牛乳 みそ焼きおにぎり	牛乳 ビスケット
	24	25	26	27	28	29
屋 食	ごはん 味噌汁 (白菜・高野豆腐) 回鍋肉 大根とコーンのサラダ オレンジ	納豆ご飯 味噌汁 (ほうれん草・もやし) アジの塩焼き のりっこりー バナナ	ごはん 味噌汁 (豆腐・チンゲン菜) 豚肉の甘酢炒め さつまいもサラダ オレンジ	ごはん 味噌汁 (玉ねぎ・小松菜) 鶏肉のピカタ じゃがバター バナナ	焼うどん 味噌汁 (キャベツ・高野豆腐) 大根とひじきの煮物 メロン	わかめおにぎり 味噌汁 (小松菜・わかめ) 高野豆腐のオランダ煮 うまっこりー オレンジ
10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい
3時	牛乳 じゃが芋のおやき	牛乳 にんじんジャムサンド	牛乳 ナポリタン	牛乳・カクテルゼリー 動物ビスケット	牛乳 チーズおかかおにぎり	牛乳 ビスケット

※都合により変更になる場合があります



【今月の栄養給与量】

エネルギー (kcal)	495
たんぱく質 (g)	18
脂質 (g)	13.9
食塩相当量 (g)	1.2