

## 鈴の花・ふろりある・みのりいちは保育園(一般)

2024年06月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 麦茶、雪の宿
昼食						鶏そぼろ丼、さつま芋の甘煮、みそ汁(玉ねぎ・油あげ)
午後						乳製品・菓子などのおやつ
午前	3 麦茶、ソフトサラダせんべい	4 牛乳、源氏パイ	5 麦茶、ほたぼた焼き	6 麦茶、カルシウムせんべい	7 麦茶、雪の宿	8 麦茶、たべっこ動物
昼食	御飯、ほっけの塩焼き、肉じゃが、みそ汁(なめこ・ねぎ)	御飯、のり塩チキン、ごぼうのサラダ、みそ汁(かぶ・豆腐)	御飯、鯖のねぎだれ、ほうれん草の納豆あえ、みそ汁(かぼちゃ・だいこん)	カレーライス、きゅうりのツナサラダ、りんごゼリー	わかめうどん、もやしと小松菜の塩ごまあえ、オレンジ	豚丼、キャベツのおかか和え、みそ汁(ごぼう)
午後	牛乳、ココナッツサブレ	麦茶、ぱりんこ	麦茶、ビスコ	牛乳、マリービスケット	麦茶、(手)味噌焼きおにぎり	乳製品・菓子などのおやつ
午前	10 牛乳、ココナッツサブレ	11 牛乳、源氏パイ	12 麦茶、ぱりんこ	13 麦茶、ほたぼた焼き	14 麦茶、カルシウムせんべい	15 麦茶、雪の宿
昼食	御飯、あじの香りみそ焼き、チングン菜とちくわのさっと煮、すまし汁(ほうれん草)	御飯、麻婆茄子、きゅうりとささみの中華サラダ、中華スープ(ねぎ)	御飯、赤魚の竜田揚げ、キャベツのマヨネーズあえ、みそ汁(もやし・大根)	ロールパン、鶏肉のマーマレード焼き、ブロッコリーとコーンのソテー、スープ(野菜)	御飯、豚肉の香味炒め、小松菜のごま和え(コン)、みそ汁(さつま芋・チングン菜)	ひき肉あんかけ丼、ひじきのサラダ、みそ汁(だいこん・えのき)
午後	麦茶、ソフトサラダせんべい	麦茶、アンパンマンポテト	麦茶、ビスコ	麦茶、(手)フルーツヨーグルト	牛乳、マリービスケット	乳製品・菓子などのおやつ
午前	17 牛乳、たべっこ動物	18 麦茶、ぱりんこ	19 牛乳、源氏パイ	20 麦茶、ほたぼた焼き	21 麦茶、カルシウムせんべい	22 麦茶、マリービスケット
昼食	御飯、さけの香草揚げ、もやしとちくわのあえもの、豚汁	ドライカレーライス、わかめサラダ、きのこのスープ	御飯、サバのごま焼き、筑前煮、みそ汁(こまつな)	ラーメン、大根とツナのサラダ、バナナ	御飯、鶏肉の照り焼き、ポテトサラダ(ハム)、みそ汁(なす・にんじん)	中華丼、三色ナムル、はるさめスープ(いも・のり)
午後	麦茶、ソフトサラダせんべい	ジョアブルーベリー、ココナッツサブレ	麦茶、りんご	麦茶、(手)豚ねぎ塩おにぎり	牛乳、ビスコ	乳製品・菓子などのおやつ
午前	24 麦茶、雪の宿	25 麦茶、ソフトサラダせんべい	26 麦茶、たべっこ動物	27 麦茶、ぱりんこ	28 麦茶、ほたぼた焼き	29 麦茶、カルシウムせんべい
昼食	御飯、あじの煮つけ、ブロッコリーのごまあえ、五目みそ汁(かぼちゃ)	和風スパゲティ、じゃが芋とハムのソテー、コンソメスープ	御飯、たらの蒸しあんかけ、五目きんぴら炒め、みそ汁(あげ・豆腐)	☆誕生日会献立☆、ツナチャーハン、油淋鶏、春雨サラダ、豆腐スープ(チングン菜・わかめ)	御飯、ハンバーグ、さつま芋のサラダ、みそ汁(なす)	三色丼、小松菜のサラダ、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)
午後	野菜ジュース、ココナッツサブレ	牛乳、かにぱん	麦茶、ヨーグルト	牛乳、(手)パウンドケーキ	牛乳、源氏パイ	乳製品・菓子などのおやつ
						月平均栄養価: エネルギー383kcal、タンパク質14.9g、脂質11.5g、食塩1.4g