

令和5年6月 献立予定表

月	火	水	木	金	土
<p>* 今月の平均栄養量 *</p> <p>未満児 以上児</p> <p>エネルギー 490cal 560kcal</p> <p>たんぱく質 19.9g 23.1g</p> <p>脂質エネルギー比 33% 31%</p> <p>塩分 1.9g 2.3g</p> 		<p>6月4日は 虫歯予防デー 食後の歯磨きを 習慣化しよう</p> 	<p>1</p> <p>まあぼどうふ どん 麻婆豆腐丼</p> <p>みそ汁</p> <p>じゃがいものきんぴら</p> <p>くだもの 果物</p> <p>みたらしかぼちゃもち 牛乳</p>	<p>2</p> <p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>あげワントンの ごもく 五目あんかけ</p> <p>きゅうりとかにの和え物</p> <p>菓子(ココナッツサブレ) 牛乳</p>	<p>3</p> <p>コッペパン</p> <p>クリームシチュー</p> <p>チーズ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>菓子(鈴カステラ) 牛乳</p>
5	6	7	8	9	10
<p>カミカミメニュー</p> <p>ぎゅう ま 牛ごぼう混ぜごはん</p> <p>すまし汁</p> <p>サバのみりん焼き</p> <p>だいこん 大根のカルシウムサラダ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>菓子(いもけんぴ)(保:野菜 かりんとう) 牛乳</p>	<p>みそ やさい 味噌野菜ラーメン</p> <p>あお 青のりポテト</p> <p>くだもの 果物</p> <p>菓子(鈴カステラ) 牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>こんさい 根菜ハンバーグ</p> <p>あ もの ブロッコリーの和え物</p> <p>くだもの 果物</p> <p>きなこ揚げパン 牛乳</p>	<p>ロールパン</p> <p>オニオンスープ</p> <p>とりにく 鶏肉のオーロラソースがけ</p> <p>そう ほうれん草のサラダ</p> <p>ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳</p> <p>わかめじゃこおにぎり 麦茶</p>	<p>ごはん</p> <p>いも団子汁</p> <p>こや ホッケのパン粉焼き</p> <p>こまつな たけ 小松菜のなめ茸和え</p> <p>くだもの 果物</p> <p>カステラ 牛乳</p>	<p>わふう 和風スパゲティ</p> <p>やさい 野菜スープ</p> <p>くだもの かんづめ 果物缶詰</p> <p>菓子(プレーンボーロ) 牛乳</p>
12	13	14	15	16	17
<p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>レバーバーグ</p> <p>かぼちゃのサラダ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>練乳マフィン 牛乳</p>	<p>とりてん 鶏天うどん</p> <p>いも に さつま芋のレモン煮</p> <p>くだもの 果物</p> <p>ココアフレンチトースト 牛乳</p>	<p>なつやさい 夏野菜のベジカレー</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ごぼうとアスパラのサラダ</p> <p>チーズ</p> <p>ホワイトポンチ ウエハース</p>	<p>ごはん</p> <p>豚汁</p> <p>サバのごま焼き</p> <p>あ もの キャベツの和え物</p> <p>くだもの 果物</p> <p>黒みつラスク 牛乳</p>	<p>運動会頑張れメニュー</p> <p>あおな なつどう 青菜納豆ごはん</p> <p>すまし汁</p> <p>みそ 味噌チキンカツ</p> <p>そう あ ほうれん草のおかか和え</p> <p>ヤクルト</p> <p>菓子(たべっこどうぶつ) 牛乳</p>	<p>第16回運動会</p> <p>おやこどん 親子丼</p> <p>みそ汁</p> <p>チーズ</p> <p>フルーツミックス缶</p> <p>菓子(カスタードケーキ) ジョア</p>
19	20	21	22	23	24
<p>1号児振替休日</p> <p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>あすたにくま アスパラの豚肉巻き</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>ピザじゃこトースト 牛乳</p>	<p>ぎゅうどん 牛丼</p> <p>みそ汁</p> <p>はくさい いそべ あ 白菜の磯辺和え</p> <p>くだもの 果物</p> <p>もちもちココアドーナツ 牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>とり ふうみ 鶏ささみのレモン風味</p> <p>スナップエンドウのサラダ</p> <p>くだもの 果物</p> <p>スイートポテトパイ 牛乳</p>	<p>サンドイッチ</p> <p>とうにゅう 豆乳スープ</p> <p>に ウィンナーケチャップ煮</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳</p> <p>チーズおかかおにぎり 麦茶</p>	<p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>カレーのオランダ揚げ</p> <p>アスパラジャーマンポテト</p> <p>くだもの 果物</p> <p>菓子(まがりせんべい) 牛乳</p>	<p>や ふた 焼き豚チャーハン</p> <p>ちゅうか 中華スープ</p> <p>くだもの かんづめ 果物缶詰</p> <p>菓子(かぼちゃボーロ) 牛乳</p>
26	27	28	29	30	
<p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>ポークチャップ</p> <p>ほうれん草のナムル</p> <p>くだもの 果物</p> <p>アスパラベーコンピザ 牛乳</p>	<p>ひ ちゅうか 冷やし中華</p> <p>ささみスティック</p> <p>くだもの 果物</p> <p>ツナマヨ蒸しパン 牛乳</p>	<p>誕生会</p> <p>わかめごはん</p> <p>ちゅうか 中華スープ</p> <p>にこ 煮込みハンバーグ</p> <p>あ アスパラのごまマヨ和え</p> <p>なめらかプリン</p> <p>コーンフレーク 果物 牛乳</p>	<p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>さけ 鮭ザンギ</p> <p>そう なつとあ ほうれん草の納豆和え</p> <p>くだもの 果物</p> <p>お好み焼き 牛乳</p>	<p>ポパイカレー</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>キャベツのツナサラダ</p> <p>チーズ</p> <p>鉄分ヨーグルト 菓子(ラングドシャ)</p>	<p>☆美深産の食材☆</p> <p>アスパラ 生ラーメン もち粉</p> 