

# 令和6年6月 献立予定表

月	火	水	木	金	土																
<p><b>* 今月の平均栄養量 *</b></p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>未満児</td> <td>以上児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>474kcal</td> <td>574kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>20g</td> <td>25g</td> </tr> <tr> <td>脂質エネルギー比</td> <td>30%</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>塩分</td> <td>1.9g</td> <td>2.3g</td> </tr> </table> 			未満児	以上児	エネルギー	474kcal	574kcal	たんぱく質	20g	25g	脂質エネルギー比	30%	30%	塩分	1.9g	2.3g	<p><b>調理室</b> より</p> <p><b>食材を寄贈していただきました</b> JA北はるか 様 アスパラ 10kg</p> <p>6/19(水)より5回に分けて提供する 予定です。旬のアスパラは甘くてみずみずしいので楽しみに!</p> 		<p>6月4日は <b>虫歯予防デー</b> 食後の歯磨きを習慣化しよう</p> 		1
	未満児	以上児																			
エネルギー	474kcal	574kcal																			
たんぱく質	20g	25g																			
脂質エネルギー比	30%	30%																			
塩分	1.9g	2.3g																			
				<p>ポークカレーライス ぎゅうにゅう牛乳 チーズ くだもの かんづめ 果物缶詰</p>	菓子(卵ポーロ) 鉄分強化ジュース																
3	4	5	6	7	8																
<p><b>ごはん</b> しる <b>みそ汁</b> とり 鶏ささみのレモン風味 ほうれん草のナムル くだもの 果物</p>	<p><b>カミカミメニュー</b> ぎゅう ま 牛ごぼう混ぜごはん じる <b>すまし汁</b> い たまごや じゃこ入り卵焼き カルシウムサラダ くだもの 果物</p>	<p>なつやさい 夏野菜のベジカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 ブロッコリーとハムのサラダ チーズ</p>	<p><b>ごはん</b> しる <b>みそ汁</b> からあ レバーの唐揚げ はくさいそば 白菜の磯辺和え くだもの 果物</p>	<p><b>ごはん</b> しる <b>みそ汁</b> や サバのごま焼き あつあ だいごんにもの 厚揚げと大根の煮物</p>	<p>ハッシュドポーク ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ くだもの かんづめ 果物缶詰</p>																
<p>ホットケーキ ミルクココア</p>	<p>菓子(いもけんび 保:野菜かりんとう) 牛乳</p>	<p>鉄分ヨーグルト 菓子(あにまるクッキー)</p>	<p>みたらしかばちやもち 牛乳</p>	<p>菓子(鉄入りえびせん) 牛乳</p>	<p>菓子(ココナッツサブレ) 鉄分強化ジュース</p>																
10	11	12	13	14	15																
<p>とりてんどん 鶏天丼 しる <b>みそ汁</b> こまつな たけあ 小松菜のなめ茸和え くだもの 果物</p>	<p><b>ごはん</b> しる <b>みそ汁</b> しろみさかな たつたあ 白身魚の竜田揚げ い どり 炒り鶏 くだもの 果物</p>	<p>ゆかりごはん しる <b>みそ汁</b> あ ごもく 揚げワタンの五目あんかけ きゅうりとかにの和え物</p>	<p>サンドイッチ コンソメスープ チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ ようちぶ ぎゅうにゅう 幼稚部牛乳</p>	<p><b>運動会頑張れメニュー</b> あおななっとう 青菜納豆ごはん しる <b>すまし汁</b> みそ 味噌チキンカツ そう あ ほうれん草のおかか和え ヤクルト</p>	<p><b>第17回運動会</b> ブラウンシチューライス ぎゅうにゅう 牛乳 チーズ くだもの 果物</p>																
<p>豆乳フレンチトースト 牛乳</p>	<p>ツナコーン蒸しパン 牛乳</p>	<p>スイートポテトパイ 牛乳</p>	<p>和風スパゲティ 麦茶</p>	<p>菓子(バタークッキー) 牛乳</p>	<p>菓子(源氏パイ) 他 鉄分強化ジュース</p>																
17	18	19	20	21	22																
<p><b>1号認定児振替休日</b> ぎゅうどん 牛丼 しる <b>みそ汁</b> ぎりぼしだいこん 切干大根のサラダ くだもの 果物</p>	<p>ごもく 五目そうめん あまに かぼちゃの甘煮 くだもの 果物</p>	<p><b>ごはん</b> だんごじる いも団子汁 こや ホッケーパン粉焼き <b>アスパラジャーマンポテト</b></p>	<p>ポパイカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 キャベツとツナの和え物 チーズ</p>	<p><b>ごはん</b> とりじる 鶏汁 しんりょくあ <b>新緑かき揚げ</b> マカロニサラダ</p>	<p>やさいまーぼ どん 野菜麻婆丼 ちゅうか 中華スープ ヨーグルト</p>																
<p>もちもちココアドーナツ 牛乳</p>	<p>ピザじゃこトースト 牛乳</p>	<p>きなこ揚げパン 牛乳</p>	<p>ホワイトボンチ 野菜ウエハース</p>	<p>あんぱん 牛乳 き-ぞ +ザラメせんべい</p>	<p>菓子(バウムクーヘン) 他 牛乳</p>																
24	25	26	27	28	29																
<p><b>ごはん</b> しる <b>みそ汁</b> ポークチャップ きゅうりの塩昆布和え くだもの 果物 <b>アスパラベーコンピザ</b> 牛乳</p>	<p><b>ごはん</b> じる <b>すまし汁</b> さけ さいきょうや 鮭の西京焼き そう なっとうあ ほうれん草の納豆和え くだもの 果物</p>	<p>ひ ちゅうか 冷やし中華 ささみスティック <b>煮しアスパラ</b> くだもの 果物</p>	<p>ロールパン コンソメスープ とうにゅう 豆乳マカロニグラタン ブロッコリーのサラダ ようちぶぎゅうにゅう 幼稚部牛乳 チーズおかかおにぎり 麦茶</p>	<p><b>誕生会</b> わかめごはん はるさめ 春雨スープ い ひじき入りハンバーグ <b>ごぼうとアスパラのサラダ</b> ぶどうゼリー コーンフレーク 果物 牛乳</p> 	<p><b>親子遠足</b> Illustration of children on a field trip." data-bbox="800 830 940 920"/&gt;</p>																