



6月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2023年

日	曜日	給食	おやつ
1	木	ごはん、鯖の味噌煮、野菜の海苔和え、さきいかサラダ、茄子の味噌汁、パイナップル	牛乳、むしぼん
2	金	中華おこわ、エビチリ風炒め物、もやしのナムル、コーンスープ、バナナ	麦茶、スキムミルクビスケット
3	土	ミートごはん、さつま芋サラダ、トマト、コンソメスープ	麦茶、ゼリー、お菓子
4	日		
5	月	ごはん、カジキの照り焼き、切り干し大根煮、華風きゅうり、じゃが芋の味噌汁、バナナ	牛乳、プアマンケーキ
6	火	肉うどん、ちくわの磯辺あげ、ほうれん草の炒りたまご和え、トマト、夏みかん	麦茶、チキンピラフ
7	水	食パン(ジャム)、豆腐の肉巻きカツ、スパゲティーサラダ、焼きアスパラ、キャベツスープ、パイナップル	麦茶、芋餅
8	木	ゆかりごはん、鯖の西京焼き、春雨サラダ、青菜の和え物、大根と舞茸の味噌汁、オレンジ	牛乳、やみつきトースト
9	金	時の記念日(時計ごはん、鶏肉の竜田揚げ、かぼちゃサラダ、茹でブロッコリー、レタススープ、メロン)	麦茶、あじさいゼリー
10	土	豚丼、ツナサラダ、トマト、豆腐の清汁、フルーツ	麦茶、マシュマロサンド
11	日		
12	月	カレーライス、チキンの塩焼き、和風サラダ、チーズ、キャベツスープ、グレープフルーツ	麦茶、クリームロール
13	火	ゆかりごはん、鮭フライ、肉じゃが、ほうれん草と油揚げの和え物、豆腐の味噌汁、バナナ	麦茶、きなこマカロニ
14	水	ロールパン、真珠蒸し、コールスローサラダ、トマト、ワンタンスープ、メロン	麦茶、手作りおこし
15	木	ご当地メニュー広島県(汁なし坦々めん、アスパラサラダ、かぼちゃのいとし煮、広島っ子汁、オレンジ)	麦茶、レモンケーキ
16	金	ごはん、鯖のスパイシー焼き、れんこん炒め、ブロッコリーのマヨネーズ和え、ごぼう汁、パイナップル	麦茶、ヨーグルト
17	土	三色ごはん、かぼちゃの和え物、トマト、カニカマ入り清汁、フルーツ	ジュース、パリパリせんべい
18	日		
19	月	やきそば、鶏手羽中ハーフ煮、スティックさつま芋、トマト、中華スープ、バナナ	麦茶、揚げ玉おにぎり
20	火	変り納豆ごはん、豆腐のおかかあげ、卵の花炒め、もろきゅう、もやしの味噌汁、オレンジ	麦茶、豆乳プリン
21	水	ごはん、豚肉の生姜焼き、レーズン入りコールスローサラダ、ごぼうの金平、チンゲン菜の味噌汁、パイナップル	カルピス、ポップコーン
22	木	ロールパン、鰯のカレー揚げ、マカロニサラダ、トマト、じゃがいもスープ、メロン	麦茶、俵のおにぎり
23	金	誕生日会(冷やしうどん、さつまいもかき揚げ、ウィンナー炒め、茹でとうもろこし、乳酸菌飲料)	牛乳、カタツムリロール
24	土	ハッシュドポーク、コロコロサラダ、キャベツのスープ、フルーツ	麦茶、黒糖パン
25	日		
26	月	わかめごはん、ポークピカタ、人参シリシリ、ブロッコリーサラダ、麩入り味噌汁、オレンジ	麦茶、豆乳ココアケーキ
27	火	冷やし中華、焼きししゃも、金時豆煮、チーズ、バナナ	牛乳、たこ焼き風揚げじゃが
28	水	レーズン食パン、鶏肉のパン粉焼き、大根サラダ、かぼちゃマッシュ、卵スープ、メロン	麦茶、納豆巻き
29	木	まつの木ビビンバ、ポテトサラダ、トマト、ニラスープ、スイカ	麦茶、オレンジゼリー、お菓子
30	金	縁日前夜祭(おにぎり、鶏の唐揚げ、星型ポテト、ポリポリきゅうり、フルーツポンチ)	牛乳、ドーナツ

今月の平均 **3~5歳児 エネルギー 571kcal たんぱく質 21.7g**
 ★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

塩分 2.0

