

6月 献立予定表



目標 ☆よく噛んで食べましょう。
☆手洗い、歯磨きをきちんとしましょう。

長内保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	6
献立名	じゃが芋のかき揚げ ひじきサラダ なめこのみそ汁 果物	豆腐の中華煮 フロッコリーサラダ さやえんどうのみそ汁 果物	青しそとしめじのスパゲッティ 小魚と野菜の炒め煮 にらのみそ汁 果物	白身魚のソテー 菊とシメジのお浸し 鶏とごぼうのみそ汁 果物	ポークカレー シーチキンサラダ ゆで卵 わかめスープ 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児屋食	鮭ご飯	きびご飯	ゴマご飯	青菜ご飯	きびご飯 コーンソテー	
乳児おやつ	野菜&フルーツ	りんご果汁	牛乳	牛乳	りんご果汁	
3時のおやつ	ブルーチーズ白玉	牛乳 大学芋	ジョアズレーン クラフハウスサンドパン	カルピス 焼きビーフン	牛乳 サキイカ 海苔巻せんべい	
日付	8	9	10	11	12	13
献立名	鮭とシソマヨ塩麹焼き 刻み昆布の炒め煮 しめじのスープ 果物	ミートボールのケチャップ煮 カボチャサラダ チーズ ほうれん草のポタージュ 果物	親子煮 切干とシーチキンの和え物 田舎汁 果物	シーフードスパゲッティ フロッコリー炒め キャベツスープ 果物	チキンの照り焼き 五目納豆 野菜のすまし汁 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児屋食	ふきご飯	ご飯 煮魚	麦ご飯	ふりかけご飯	きびご飯	
乳児おやつ	ぶどう果汁	ヤクルト	スポロン	牛乳	野菜&フルーツ	
3時のおやつ	牛乳 おさつカナッペ	りんご果汁 ミニフランクフルト	牛乳 ごぼうの一口揚げ	ジョアマスカット 黒豆胡麻せんべい	牛乳 じゃが芋餅	
日付	15	16	17	18	19	20
献立名	炒り鶏 わかめの酢の物 そうめん汁 果物	誕生会 (バイキング)	二色天ぷら 五目昆布煮 さんとう菜のみそ汁 果物	筑前煮 ほうれん草と人参の胡麻和え 油揚げのみそ汁 果物	白菜のクリーム煮 二色ナムル しそ昆布 コンソメスープ 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児屋食	五目ご飯	幼児に同じ	チキンライス	ご飯 佃煮	麦ご飯	
乳児おやつ	オレンジ果汁	牛乳	野菜&フルーツ	ヤクルト	ぶどう果汁	
3時のおやつ	牛乳 もちもちチーズパン	ほうじ茶 ショートケーキ	ヨーグルト ポッキー	牛乳 さつま芋の胡麻揚げ	ジョアストロベリー ジャコ気分	
日付	22	23	24	25	26	27
献立名	三色どぼろ マカロニサラダ まめぶ汁 果物	冷やし中華 フロッコリーともやしのサラダ 揚げ餃子 果物	煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ きのこのみそ汁 果物	豚肉のソテー ～春雨～ 春雨サラダ 新玉ねぎと絹さやのスープ 果物	鮭のムニエル ポテトサラダ せんべい汁 果物	幼児牛乳 お菓子
乳児屋食	ご飯 チーズ	ふりかけご飯	ピラフ	バターライス	二色ご飯	
乳児おやつ	ぶどう果汁	オレンジ果汁	りんご果汁	牛乳	飲むヨーグルト	
3時のおやつ	牛乳 野菜チップス	牛乳 ピザトースト	アイスクリーム	ジョアズブルーベリー がぼちゃのミルク羊羹	牛乳 ムーンライト	
日付	29	30				
献立名	焼きそば 蒸し鶏の胡麻和え きのこスープ 果物	麻婆豆腐 ほうれん草の中華和え 桜えびのスープ 果物				
乳児屋食	高菜ご飯	きびご飯				
乳児おやつ	野菜&フルーツ	ヤクルト				
3時のおやつ	牛乳 豆腐ナゲット	牛乳 アツパルパイ				



6月の平均給与栄養量	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンC
3歳以上児	560kcal	22.0g	14.9g	270mg	2.8mg	33mg
3歳未満児	490kcal	18.6g	12.9g	275mg	2.3mg	31mg