

6月の予定献立表

発行日:令和2年5月29日

	月	火	水	木	金	土
午前おやつ	1 お茶・クラッカー	2 牛乳・ビスコ	3 牛乳・せんべい	4 牛乳・バナナ	5 お茶・ビスケット	6 牛乳・ビスケット
昼食	ごはん とうふのみそ汁 豚肉の生姜焼き 切り干し大根の和え物 バナナ	カレーうどん ちくわの磯部揚げ キャベツの酢の物 オレンジ	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 ぎょうざ きゅうりの中華和え	かえるパン ポークビーンズ 鶏の照り焼き きゅうりとコーンのサラダ	ごはん みそ汁 千草焼き もやしとツナの和え物	ハヤシライス はるさめサラダ ヨーグルト
午後おやつ	牛乳・ジャムサンド	牛乳・こんぶ さけおにぎり	牛乳・きな粉さつまいも	お茶・五平もち	牛乳・じゃがいももち	お茶・たい焼き
午前おやつ	8 牛乳・ウエハース	9 お茶・ビスコ	10 牛乳・せんべい	11 お茶・クラッカー	12 お茶・せんべい	13 牛乳・せんべい
昼食	炊き込みごはん あおさのみそ汁 えび入り炒り豆腐 メロン	ごはん さつま汁 さかなの甘酢あんかけ キャベツのゆかり和え	ごはん みそ汁 ひじき入り卵焼き チキンサラダ	黒糖パン クリームスープ さけのムニエル 千切りサラダ	スパゲティミートソース 鶏と冬瓜のスープ フルーツポンチ	親子丼 すまし汁 キャベツのツナ和え フルーツゼリー
午後おやつ	牛乳・小倉トースト	スキムミルク じゃこ入りお焼き	牛乳・バナナ蒸しパン	スキムミルク ボンテケージョ	牛乳・いりこ 昆布おにぎり	牛乳・まんじゅう
午前おやつ	15 お茶・せんべい	16 お茶・ウエハース	17 お茶・ビスケット	18 お茶・せんべい	19 お茶・クラッカー	20 お茶・せんべい
昼食	ごはん しめじみそ汁 厚揚げのそぼろ煮 きゅうりの酢の物	ごはん ごもく汁 さかなのコーンマヨ焼き 梅ドレッシングサラダ バナナ	ごはん かきたま汁 肉団子のトマト煮込み にんじんのマリネ オレンジ	ごはん だいこんみそ汁 肉じゃが 小松菜のおかか和え 野菜ジュース	【食育の日】 ごはん ミネストローネ ミラノ風カツレツ キャロットラペ	シチューライス キャベツとトマトのサラダ フルーツカクテル
午後おやつ	スキムミルク ピザトースト	牛乳・きな粉マカロニ	牛乳・麩のラスク	牛乳 コーンフレークスナック	牛乳・トライフル	牛乳・カステラ
午前のおやつ	22 牛乳・ブルーン	23 お茶・ビスコ	24 お茶・クラッカー	25 牛乳・ウエハース	26 お茶・せんべい	27 お茶・せんべい
昼食	ごはん はくさいみそ汁 擬製豆腐 春雨のサラダ	ポークカレー 野菜サラダ いちごヨーグルト	ごはん すまし汁 いわしバーグ みかんサラダ	ロールパン 豆乳スープ さかなのピカタ ブロッコリーのサラダ バナナ	【お誕生会】 チキンライス たまねぎスープ チキンナゲット アスパラの和え物 あじさいゼリー	ビーンズライス 野菜のスープ かぼちゃサラダ
午後おやつ	牛乳・ごまトースト	お茶・焼きうどん	牛乳・大学芋	スキムミルク さけおにぎり・こんぶ	スキムミルク プアマンケーキ	牛乳・せんべい
午前おやつ	29 牛乳・ビスコ	30 牛乳・せんべい				
昼食	ごはん だんご汁 さかなのステキソースかけ きゅうりとコーンのサラダ	ごはん すまし汁 とりのねぎみそ焼き れんこんのサラダ				
午後おやつ	牛乳・きな粉バナナ	牛乳・フレンチトースト				

給食だより

☆毎月19日は食育の日です。
 今月はヨーロッパ地方の献立を提供します。ミネストローネはイタリアの田舎料理で季節や家庭によって使用する野菜が違います。ミラノ風カツレツは薄く伸ばした羊肉にチーズ入りのパン粉をつけて揚げ焼きにしたものです。キャロットラペはフランスのにんじんサラダで常備菜としてよく作られます。トライフルはイギリスのデザートでカスタードやスポンジ、フルーツなどを器に層状に重ねたもので、残り物またはありあわせで作ったという意味があります。おたのしみに。

献立平均給与栄養量

	以上児	未満児
エネルギー	567kcal	473kcal
たんぱく質	24.2g	19.4g
脂質	17.0g	13.6g

☆献立を変更する場合がございます。