

平成 29年度 6月分 献立表

2017/5/25

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	木	ムーンライト・カルピス	ふりかけごはん・豚肉の野菜炒め・胡瓜の酢の物・かきたま汁		ホットケーキ・牛乳
2	金	クラッカー・牛乳	ロールパン・チキンカツレツ焼き・トマト・レタス・ジャーマンポテト・コンソメスープ		ハブラシクッキー
3	土	レーズンサンド・牛乳	ナポリタンスパゲティ・ツナサラダ・コーンのコンソメスープ		クッキー
4	日				
5	月	ギンビースパラガス・カルピス	ごはん・豚じゃが・青梗菜の胡麻ポン酢和え・味噌汁		黒糖蒸しパン・牛乳
6	火	クラッカー・牛乳	ロールパン・チキンソテー・胡麻ドレッシング・ミネストローネ・りんご		アメリカンドック
7	水	レーズンサンド・牛乳	味噌ちゃんぽん・ナムル・チーズ		りんごお好み焼き
8	木	動物ビスケット・カルピス	黒糖パン・鶏団子と夏野菜のスープ煮・ポテトサラダ		ふりかけおにぎり
9	金	ココナッツサブレ・牛乳	胚芽押し麦ご飯・鮭の塩焼き・法蓮草のおかか和え・南瓜の含め煮・味噌汁		時計クッキー・牛乳
10	土	ムーンライト・牛乳	牛丼・具だくさん汁		クッキー
11	日				
12	月	ギンビースパラガス・カルピス	おろしうどん・蓮根のきんぴら・りんご		ココアマフィン・牛乳
13	火	ムーンライト・牛乳	ふりかけごはん・鱈の南蛮漬け・小松菜の菜種和え・味噌汁		ツマヨパン・牛乳
14	水	レーズンサンド・牛乳	ミルクパン・ビーフシチュー・コーンサラダ・トマト		プリン
15	木	ココナッツサブレ・カルピス	ごはん・とり天・かぼちゃ・和え物・玉葱の味噌汁		ラスク
16	金	クラッカー・牛乳	バターロールサンド・ゆで野菜サラダ・チキンのスープ		ミルクフルーツ寒天
17	土	動物ビスケット・牛乳	キーマカレー・コールスローサラダ・バナナ		クッキー
18	日				
19	月	ココナッツサブレ・カルピス	ごはん・鯖の味噌煮・ブロッコリーのゴマ和え・すまし汁		じゃが芋お焼き・牛乳
20	火	レーズンサンド・牛乳	黒糖パン・ハンバーグデミソース卵のせ・スパンテー・コールスローサラダ・野菜スープ		カップケーキ
21	水	動物ビスケット・牛乳	中華丼・チンゲン菜の和え物・味噌汁・チーズ		揚げたこ焼き・牛乳
22	木	ムーンライト・カルピス	ロールパン・かぼちゃのキッシュ・夏野菜サラダ・コンソメスープ		フルーツポンチ
23	金	クラッカー・牛乳	ごはん・ダッカルビ・二色お浸し・中華スープ		わかめおにぎり
24	土	ギンビースパラガス・牛乳	焼きそば・酢の物・スープ		クッキー
25	日				
26	月	ココナッツサブレ・カルピス	きつねうどん・レバーの煮物・ホウレン草の胡麻和え		アップルパイ・牛乳
27	火	レーズンサンド・牛乳	ごはん・白身魚の黄味焼き・粉吹きイモ・ブロッコリー・青梗菜の和え物・味噌汁		ココアサンド・カルピス
28	水	クラッカー・牛乳	ロールパン・鶏の唐揚げ・千切りキャベツ・トマト・コンソメスープ・オレンジ		ふりかけおにぎり
29	木	ムーンライト・カルピス	ごはん・豚と茄子のみそ炒め・三色和え・けんちん汁		サモサ
30	金	ギンビースパラガス・牛乳	*お弁当日*		水無月

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	578	22.1	18.1	224	2.1	351	0.26	0.38	28	4.0	1.9
目標量	580	21.8	16.1	261	2.4	207	0.31	0.35	18	4.5	1.9
充足率	100%	101%	112.4%	86%	87.5%	170%	84%	109%	156%	89%	100%
3才未満児	526	19.4	16.6	239	1.5	297	0.22	0.37	24	3.1	1.6
目標量	510	19.1	14	237	2.5	210	0.28	0.31	19	4.1	1.8
充足率	103%	102%	118%	101%	60%	141%	79%	119%	126%	76%	89%



東福寺保育園・東福寺児童館