



6月のこんだて

日頃市保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー
1	土	菓子	スパゲティナポリタン・果物・牛乳	希望保育のみおやつ持参	
2	日				
3	月	果物	骨太卵焼き・ふきとたけのこの煮物・キャベツと豚肉のスープ・果物	ジャムサンド・牛乳(100)	444
4	火	チーズ	＜虫歯予防の日＞五目野菜つくね・きゅうりスティック浅漬け風・切干大根のみそ汁	お芋チップス・牛乳(100)	421
5	水	やさいジュース	ハヤシライス・豆と野菜のスープ・フルーツヨーグルト	カリカリピザ・牛乳(100)	459
6	木	菓子	さけのみそ漬焼き・長いもとオクラの磯和え・チンゲン菜と高野豆腐のスープ	チャーハン・牛乳(100)	451
7	金	果物	肉豆腐・そうめんサラダ・ほうれん草のみそ汁	菓子・牛乳(200)	446
8	土		＜お弁当の日＞		
9	日				
10	月	果物	鶏肉のあんず醤油焼き・トマトとブロッコリーのフレンチ和え・もやしのスープ・果物	塩焼きそば・牛乳(100)	453
11	火	菓子	納豆のかき揚げ・小松菜といんげんのごま和え・じゃが芋のみそ汁	みたらし団子・牛乳(100)	464
12	水	ミニジョア	スペイン風卵焼き・和風スパゲティ・海藻スープ	チョコとバナナのパンケーキ・牛乳(100)	462
13	木	果物	アジの南蛮漬け・ブロッコリーとチーズのおかか和え・小松菜のみそ汁・果物	ひとローストポテト・牛乳(100)	443
14	金	やさいジュース	＜おむすびの日＞オーロラチキン・豆菜サラダ・やさいスープ	菓子・牛乳(200)	432
15	土	菓子	みそラーメン・果物・ヨーグルト	希望保育のみおやつ持参	
16	日				
17	月	果物	鶏肉のさっぱり煮・春雨の中華炒め・豆腐のみそ汁・果物	おやつパン・牛乳(100)	436
18	火	菓子	タンドリーフィッシュ・チョレギサラダ・卵スープ	たこ焼きポテト・牛乳(100)	451
19	水	ミニジョア	＜ほかほかごはんの日＞新じゃがのチーズ焼き・ピーマンのじゃこ炒め・やさいスープ	カルピス蒸しパン・牛乳(100)	444
20	木	菓子	＜お誕生会＞	プリンアラモード	
21	金	果物	高野豆腐の卵とじ・かみかみきんぴら・さつま芋のみそ汁・果物	菓子・牛乳(200)	448
22	土		＜お弁当の日＞		
23	日				
24	月	果物	肉じゃが・ひじきのサラダ・みそ汁・果物	きな粉揚げパン・牛乳(100)	452
25	火	菓子	ししゃも天ぷら・和風ポテトサラダ・春雨スープ	どら焼き・牛乳(100)	446
26	水	果物	鶏肉のごまみそ焼き・さつま芋のおろし和え・五目汁	ミニアメリカンドッグ・牛乳(200)	460
27	木	菓子	豆腐の揚げだんご・もやしときゅうりの華風和え・みそ汁	わかめとチーズのおにぎり・牛乳(100)	463
28	金	果物	かぼちゃのキッシュ・コールスローサラダ・白菜スープ・果物	菓子・ジョア	474
29	土	やさいジュース	豚丼・果物・牛乳	希望保育のみおやつ持参	
30	日				



6月の予定

14日(金) おむすびの日

手作りのおむすびを持ってきてください。

19日(水) ほかほかごはんの日

年長児がお米を研いでご飯を炊きます。炊き上がったご飯を食べるので、すみれ組とさくら組は、空のお弁当箱を持ってきてください。たんぽぽ組とちゅうりっぷ組は、保育園の食器を使います。

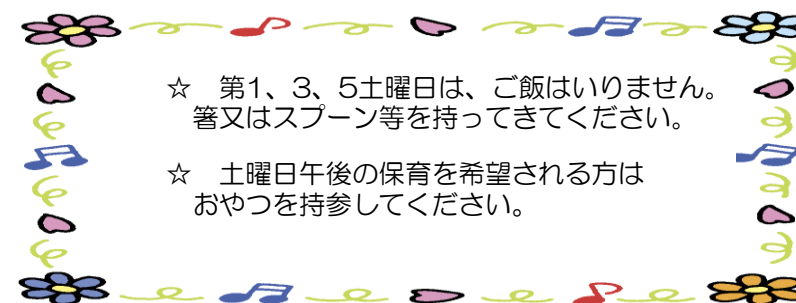
20日(木) お誕生会

お楽しみ給食なのでご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。

8日(土) お弁当の日

22日(土) //

お弁当、水筒(水または麦茶)、1回分のおやつを忘れずに持ってきてください。



☆ 第1、3、5土曜日は、ご飯はいりません。箸又はスプーン等を持ってきてください。

☆ 土曜日午後の保育を希望される方はおやつを持参してください。

5月の栄養摂取量

	エネルギー		たんぱく質		脂質		塩分	
区分	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児	未満児	以上児
5月分	579kcal	448kcal	22.6g	20.9g	20.3g	21.6g	1.6g	1.6g

※午前のおやつは3歳未満児のみです。 ※※エネルギー(kcal)は3歳以上児の数値です

都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。