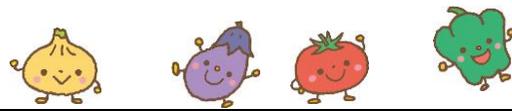




7月のこんだて



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	エネルギー
1	月	果物	ひじきの卵焼き・カレー風味ポテトサラダ・けんちん汁・果物	フレンチトースト・牛乳100	481
2	火	菓子	大豆と干しえびのしそ風味揚げ・ほうれん草とささみのごま酢あえ・なめこ汁	おかず蒸しパン・牛乳100	472
3	水	やさいジュース	夏野菜ミートグラタン・いんげんとブロッコリーのおかか和え・コーンのスープ	お麩のレモンラスク・牛乳100	422
4	木	ミニジョア	鮭のマヨネーズ焼き・夏野菜の炒め物・かぶのみそ汁	カルピスポンチ・ビスケット	430
5	金	菓子	〈七夕・お誕生会〉		カスタードケーキ・牛乳200
6	土	〈保育参観の日〉			
7	日				
8	月	菓子	かつおの揚げ漬け・切干大根の煮物・きゃべつのみそ汁	ジャムサンド・牛乳100	429
9	火	ミニジョア	和風豆腐ハンバーグ・ジャーマンポテト・野菜スープ	ゆでトウモロコシ・牛乳100	428
10	水	果物	八宝菜・もやしときゅうりのナムル・みそスープ・果物	クッキー・牛乳100	448
11	木	菓子	夏野菜の肉みそあんかけ・オクラの納豆和え・そうめん汁	フルーツゼリー・牛乳100	424
12	金	やさいジュース	鶏カツ・コールスローサラダ・みそ汁	菓子・牛乳200	432
13	土	〈お弁当の日〉			
14	日				
15	月	海の日			
16	火	菓子	〈おむすびの日〉豆腐と青菜のチャンプル・ブロッコリーとなすの塩こんぶ和え・いわしのつみれ汁	カステラ・牛乳100	413
17	水	ミニジョア	ミートローフ・揚げ野菜サラダ・わかめときのこのスープ	バナナきな粉・牛乳100	442
18	木	果物	卵とむきえびの炒め物・ラタトゥイユ・豚肉と押麦のスープ・果物	黒糖蒸しパン・牛乳100	453
19	金	やさいジュース	〈ほかほかごはんの日〉新じゃがコロケ・きゃべつのレモン和え・きんぴらみそ汁	菓子・牛乳200	446
20	土	菓子	冷やしうどん・果物・ヨーグルト	希望保育のみおやつ持参	
21	日				
22	月	果物	から揚げ・トマトともすくの和え物・チンゲン菜の中華スープ・果物	ごまみそだんご・牛乳100	426
23	火	菓子	じゃが芋と枝豆の卵焼き・ごぼうのみそ煮・モロヘイヤスープ	和風スバゲティ・牛乳100	452
24	水	果物	さばの蒲焼き・五目納豆・みそ汁・果物	おやつパン・牛乳100	434
25	木	ミニジョア	〈縁日給食〉		アイスクリーム
26	金	やさいジュース	冷しゃぶのごまだれ・スティック野菜添え・かきたま汁	菓子・牛乳200	422
27	土	〈お弁当の日〉			
28	日				
29	月	菓子	赤魚の塩焼き・変わり五目煮・オクラとかぼちゃのみそ汁	コーンパン・牛乳100	415
30	火	果物	揚げ鶏の中華マリネ・ブロッコリーのゆかり和え・ミネストローネ・果物	フローズンヨーグルト・カルシウムせんべい	428
31	水	ミニジョア	納豆の卵焼き・具だくさんきんぴら・みそ汁	メープルポテト・牛乳100	424

※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



5日(金) 七夕・お誕生会

25日(木) 縁日給食

お楽しみ給食なのでご飯はいりません。
箸またはスプーン等を持ってきてください。

16日(火) 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(金) 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。たんぼ組とちゅうりっぷ組は、保育園の食器を使います。

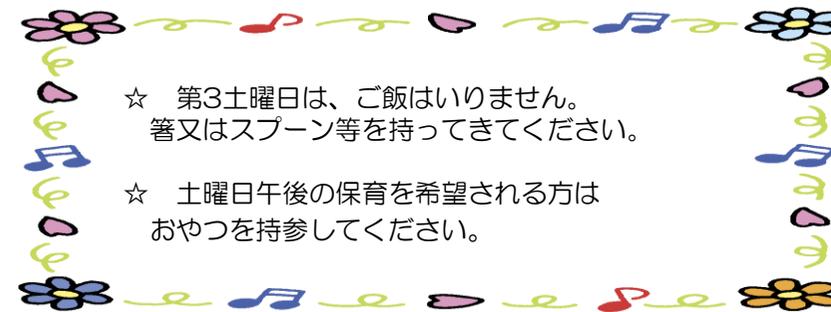
13日(土) お弁当の日

27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。

6日(土) 保育参観の日

お持ち帰りに「パン」を降園時にお渡しします。



☆ 第3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。

6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
6月分	548	444	21	20	18	20	1.7	1.8

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。