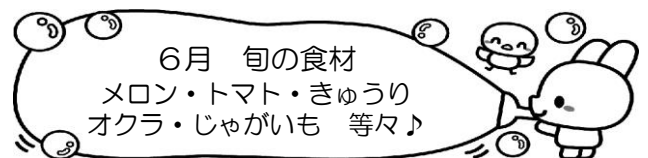


令和6年度	6月分献立表
あおぞら多摩平保育園	

日	曜	朝おやつ (乳児のみ)	お昼のメニュー	3時おやつ
1	土	りんごジュース	豚肉の甘みそ丼,かぼちゃのサラダ,すまし汁(キャベツ・ねぎ) ゼリー(もも)	牛乳,お菓子,バナナ
3	月	りんごジュース	わかめうどん,鶏肉とだいこんの煮物,さつまいものサラダ,ヨーグルト	牛乳,ししじゅうし
4	火	お菓子	しょうがの炊き込み御飯,カレイの煮つけ 白和え(ブロッコリー・ささみ),みそ汁(だいこん),ゼリー(もも)	牛乳,マカロニのポロネーゼ
5	水	ジョア	★誕生日会★パセリライス,鶏の唐揚げ,ココロカレーサラダ スープ(じゃがいも・ズッキーニ),メロン	牛乳,パースデーケーキ
6	木	歯科検診	チンジャオロース丼,中華きゅうり,豆乳コンスープ,チーズ,バナナ	牛乳,あじさいかん,せんべい
7	金	ヨーグルト	パン,鶏肉のラタトゥイユ,コールスローサラダ 玉ねぎとセロリのスープ,オレンジ	牛乳,さばのそぼろご飯
8	土	りんごジュース	ソース焼きそば,じゃがいものトマトチーズ焼き,わかめスープ ミックスフルーツ(みかん・桃)	牛乳,お菓子,バナナ
10	月	りんごジュース	豚肉のしょうが焼き丼,昆布の煮物,みそ汁(かぶ・わかめ),バナナ	牛乳,ツナパン
11	火	お菓子	五目うどん,かぼちゃのそぼろあんかけ,オレンジ,チーズ	牛乳,豆乳ケーキ
12	水	ジョア	パン,白身魚のフライ・タルタルソース,ブロッコリーと人参のサラダ スープ(トマト・ズッキーニ),バナナ	牛乳,鶏ごぼうごはん
13	木	お菓子	鶏肉と小松菜のクリームライス,パインサラダ マカロニスープ(いんげん),メロン	牛乳,コーンフレークバナナ
14	金	ヨーグルト	カラフル納豆丼,野菜炒め(豚肉・キャベツ) みそ汁(さつまい),ゼリー(ぶどう)	牛乳,いちごジャムサンド
15	土	りんごジュース	そぼろごはん,もやしナムル,しいたけとえのきのスープ,オレンジ	牛乳,お菓子,バナナ
17	月	りんごジュース	鶏あんかけうどん,大根と厚揚げのそぼろ煮,オレンジ,チーズ	牛乳,カレーじゃこピラフ
18	火	お菓子	御飯,なすと豚肉の味噌炒め,アスパラとトマトのサラダ おくらスープ(えのき),メロン	牛乳,チーズ入り蒸しパン
19	水	ジョア	コーンご飯,鶏肉のカレー焼き,マカロニサラダ,キャベツのスープ オレンジ	☆クッキング☆ 牛乳,フライドポテト
20	木	お菓子	御飯,鮭のココロ照り焼き,ひじきとほうれん草のサラダ みそ汁(なす・あげ),バナナ	牛乳,ホットケーキ
21	金	ヨーグルト	バターチキンカレー,きゅうりとだいこんのピクルス ポテトスープ,ゼリー(ぶどう)	牛乳,おにぎり(塩こんぶ)
22	土	りんごジュース	きつねうどん,スタミナ炒め,バナナ	麦茶,ヨーグルト,せんべい
24	月	りんごジュース	パン,鶏肉のマーマレード焼き,ごぼうときゅうりのサラダ コーンクリームスープ,バナナ	牛乳,中華炊き込みおこわ
25	火	お菓子	ビーンズライス,キャベツのコーン煮,オニオンスープ,メロン	牛乳,コーンフレークバー
26	水	ジョア	わかめ御飯,さわらのごま照り焼き,ほうれん草のり和え 豆腐みそ汁(だいこん),オレンジ	牛乳,レモントースト
27	木	お菓子	御飯,肉豆腐,きゅうりと人参の昆布あえ みそ汁(なめこ・ねぎ),ゼリー(もも)	牛乳,あんかけ焼きそば
28	金	ヨーグルト	ミートスパゲティ,ポテトサラダ,スープ(キャベツ),オレンジ	牛乳,もちもちチーズパン
29	土	りんごジュース	五目あんかけごはん,小松菜のごまあえ,にんじんスープ,チーズ,バナナ	麦茶,いちごヨーグルト,せんべい

一日の平均摂取量		エネルギー	たんぱく質
幼児	3~5歳児	576kcal	23g
乳児	1~2歳児	501kcal	20g



*発注の都合により、献立の内容を変更することがありますのでご了承ください。

