



6月 献立表



平成30年 雲石保育園

日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		
				食塩相当量g	以上児					未満児	食塩相当量g	以上児
1	金	千キンカレー キャベツとコーンのサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	シリアル 牛乳	379 3.22	507 2.79	16	土	親子煮 なめたけ和え 豆腐と人参のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	402 2.69	532 2.35	
2	土	ウインナーと野菜のケチャップ炒め レタスの和風サラダ わかめと人参のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	391 2.64	523 2.31	18	月	豚肉の冷しゃぶ レタスのサラダ ミネストローネ 果物 麦茶	豆乳ドーナツ 牛乳	458 1.99	567 1.78	
4	月	きぬ丸豆腐カニかまあなか かぼちゃの甘煮 五目みそ汁 果物 麦茶	わかめご飯 牛乳	419 2.21	536 1.96	19	火	マーボーなす ハリハリ漬け 桜エビの中華風スープ 果物 麦茶	チーズパン 牛乳	413 3.01	514 2.39	
5	火	鶏肉の夏野菜煮込み 納豆サラダ オニオンスープ 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	446 2.82	555 2.44	20	水	さばのみそ煮 すき昆布の煮付け 小松菜とはんぺんのすまし汁 果物 麦茶	千キンライス 牛乳	421 3.00	537 2.54	
6	水	ホッケの塩焼き 牛肉入りきんぴら じゃが芋と人参のみそ汁 果物 麦茶	バナナ 牛乳	306 1.36	445 1.35	21	木	しょうまい もやしとちくわの和え物 レタスの中華風スープ 果物 麦茶	さつま芋ロールパン 牛乳	361 1.88	458 1.51	
7	木	はんぺんフライ アスパラのオカカ和え 大根となめこのみそ汁 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	400 2.88	520 2.49	22	金	千キン南蛮 付け合わせ しいたけと人参のみそ汁 果物 麦茶	クラッカー りんごゼリー	408 2.09	547 1.87	
8	金	豚肉のピザ焼き 海藻サラダ 千ゲン菜と卵のスープ 果物 麦茶	スイスロール 牛乳	434 1.68	533 1.52	23	土	コーンシチュー グリーンサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	365 1.69	502 1.55	
9	土	ポトフ 大根とじゃこのサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	324 1.89	451 1.60	25	月	豆腐ハンバーグ 卵と野菜のふわふわ炒め いんげんと人参のみそ汁 果物 麦茶	うどん	286 3.09	438 2.67	
11	月	*親子満足(赤組・黄組・青組) 給食はありません *たまご組・ひよこ組・こっこ組 おにぎり満足です	飲み物が出ます。			26	火	★バイキング★ 当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はいりません。	フルーツ ヨーグルト			
12	火	厚揚げのネギ焼き トマトの韓国風サラダ ワンタンスープ 果物 麦茶	ウインナーロールパン 麦茶	399 2.10	520 1.87	27	水	かじきの照焼 ネバネバサラダ エノキとキャベツのみそ汁 果物 麦茶	炒飯 牛乳	413 2.39	530 2.06	
13	水	鮭のオニオンマヨ焼き 野菜炒め わかめスープ 果物 麦茶	炊き込みご飯 牛乳	443 2.26	554 1.93	28	木	厚揚げのミートソース煮 イタリアンサラダ コンソメスープ 果物 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	354 2.01	484 1.79	
14	木	メンチカツ 付け合わせ けんちん汁 果物 麦茶	ビスケット ヨーグルト	373 2.06	488 1.79	29	金	鶏肉のねぎみそ焼き 小松菜のおひたし 花ふのすまし汁 果物 麦茶	ほっほ焼き 牛乳	359 1.59	461 1.41	
15	金	冷風麺 果物 麦茶	さつま芋きな粉団子 牛乳	438 1.71	551 1.56	30	土	焼きそば 豆腐とわかめのみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	415 2.65	543 2.32	
										平均	392 2.29	512 1.99

* 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。

* 仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。

* 6/11(月)は親子満足の為、給食はありません。(お弁当とおやつをご持参ください。)