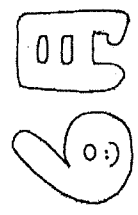
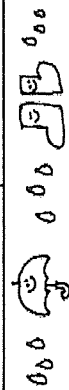


6月の献立表

全園児				栄養価		
曜 日	3 歳未満児	主 食	昼 食	午後おやつ	3 歳未満児	3 歳以上児
1 木	牛乳 Caせんべい	ごはん	マヨたま炒め コーンスープ	麦茶 さこり風パンネ		エネルギー 427kcal タンパク質 15.5g 脂質 12.1g 食塩 1.4g
2 金	麦茶 大根煮	ごはん	マーボー豆腐 ちやし中華スープ	牛乳 プリン 動物ビスケット		エネルギー 465kcal タンパク質 17.6g 脂質 14.7g 食塩 1.1g
3 土	ヨーグルト	パン	コッペパン パナナ	牛乳		エネルギー 601kcal タンパク質 14.6g 脂質 24.7g 食塩 1.0g
4 日			お休み			
5 月	麦茶 蒸しさつま芋	ごはん	高野豆腐卵とじ なめこの味噌汁	牛乳 いかくん 苳シユークリーム		エネルギー 458kcal タンパク質 18.9g 脂質 15.8g 食塩 1.8g
6 火	牛乳 ウエハース	ごはん	メカジキマヨ焼き 油揚げ味噌汁	麦茶 焼きうどん		エネルギー 449kcal タンパク質 21.4g 脂質 19.7g 食塩 1.4g
7 水	麦茶 星せんべい	ごはん	厚揚げ中華煮 ニラたまスープ	牛乳 マーマレード蒸しパン		エネルギー 569kcal タンパク質 20.3g 脂質 21.2g 食塩 1.1g
8 木	牛乳 シリアル	ごはん	タンドリーチキン 大根ときのこのスープ	麦茶 今川焼き		エネルギー 539kcal タンパク質 17.9g 脂質 15.9g 食塩 1.9g
9 金	麦茶 大豆煮	ごはん	かに玉風 わかめスープ	牛乳 型抜きチーズ ハッピーターン		エネルギー 381kcal タンパク質 14.9g 脂質 14.5g 食塩 1.5g
10 土	牛乳 おしゃぶり昆布	ごはん	さばの塩焼き 麩の味噌汁	～旬の食材～ アスパラ いんげん		エネルギー 392kcal タンパク質 19.1g 脂質 16.9g 食塩 1.2g
11 日			お休み	枝豆 オクラ きゅうり さくらんぼ	トマト ピーマン カッソ メカジキ	
12 月	麦茶 みかん缶	ごはん	豆腐チャンプルー さつま芋味噌汁	牛乳 焼きまんじゅう		エネルギー 441kcal タンパク質 14.6g 脂質 10.0g 食塩 1.2g
13 火	麦茶 いかくん	ごはん	★枝豆ごはん トマトときゅうりのサラダ	牛乳 ミルクレープケーキ		エネルギー 557kcal タンパク質 23.2g 脂質 21.0g 食塩 2.1g
14 水	牛乳 クラッカー	ごはん	あじねぎ味噌焼き 豆腐のすまし汁	麦茶 フルーツババロア		エネルギー 375kcal タンパク質 17.1g 脂質 10.4g 食塩 1.3g
15 木	牛乳 野菜せんべい	クロワッ サン	ハムとチーズのオムレツ風 ミネストローネ	麦茶 佃煮にぎり		エネルギー 467kcal タンパク質 16.5g 脂質 16.8g 食塩 2.1g
16 金	麦茶 蒸しかぼちゃ	ごはん	チンジャオロース 卵スープ	牛乳 棒ビスケット メロンゼリー		エネルギー 413kcal タンパク質 14.7g 脂質 12.2g 食塩 0.7g
17 土	プチダノン	めん	スパゲティナーポリタン	毎月19日は		エネルギー 332kcal タンパク質 13.0g 脂質 9.5g 食塩 0.7g
18 日			お休み	「いただきます」の日	   	
19 月	麦茶 小魚スナック	ごはん	揚げ豆腐和風あんかけ キャベツの味噌汁	牛乳 チャータラ 焼き豆乳ドーナツ		エネルギー 505kcal タンパク質 21.1g 脂質 18.4g 食塩 1.3g
20 火	牛乳 卵ボーロ	ごはん	枝豆トマトカレー 福神漬	麦茶 かりかりおやき		エネルギー 535kcal タンパク質 16.6g 脂質 12.9g 食塩 1.4g
21 水	麦茶 チーズ	ごはん	いわしの梅煮 根菜味噌汁	ジョア メロンパン		エネルギー 538kcal タンパク質 19.7g 脂質 12.5g 食塩 1.3g
22 木	麦茶 パイン缶	ごはん	豚肉生姜焼き オクラの味噌汁	牛乳 さつま芋パウンド		エネルギー 548kcal タンパク質 20.1g 脂質 17.2g 食塩 1.5g
23 金	牛乳 マリービスケット	ごはん	卵とトマトの中華炒め チンゲン菜スープ	牛乳 のりトースト		エネルギー 469kcal タンパク質 19.0g 脂質 12.5g 食塩 2.2g
24 土	いちごゼリー	めん	塩焼きそば	       		エネルギー 183kcal タンパク質 6.8g 脂質 7.1g 食塩 0.6g
25 日			お休み	はスプーン、  はフォークを持ってください。		
26 月	牛乳 ココナッツサブレ	ひじき ごはん	厚揚げイタリアン焼き アスパラベーコンスープ	麦茶 みかん缶 甘辛せんべい		エネルギー 405kcal タンパク質 13.9g 脂質 20.7g 食塩 0.8g
27 火	麦茶 ハッピーターン	めん	パスカトーレスパゲティ フルーツサラダ	牛乳 桃まんじゅう		エネルギー 542kcal タンパク質 22.4g 脂質 15.4g 食塩 1.4g
28 水	麦茶 チャータラ	ごはん	しらすの卵焼き 高野豆腐の味噌汁	牛乳 岩手揚げ		エネルギー 472kcal タンパク質 18.1g 脂質 14.5g 食塩 2.1g
29 木	麦茶 黄桃缶	ごはん	かつおかツ ワンタンスープ	牛乳 マヨコーンピザ		エネルギー 613kcal タンパク質 29.2g 脂質 18.7g 食塩 1.8g
30 金	牛乳 蒸しじゃが芋	ごはん	ビーフン肉炒め 筍中華スープ	麦茶 ヨーグルト さくっと昆布		エネルギー 413kcal タンパク質 15.4g 脂質 7.7g 食塩 1.3g
★6月13日は誕生会・給食試食会です。試食会の申し込みは担任までお声がけください♪				平均	エネルギー 531kcal タンパク質 20.2g 脂質 16.0g 食塩 1.5g	

※ご家庭で食べたことのない食材は、園で提供することができません。
献立表を確認し、未摂取の食材がある場合は、給食に出る前に食べていただくか、担任にお伝えください。



鼻高こども園(一般)

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
						1	牛乳 カルシウムせんべい	2	麦茶 大根煮	3	ヨーグルト
						ご飯(めし)	さくらんぼ 麦茶	ご飯(めし)	オレンジ 麦茶	コッペパン	コッペパン ジャム&マーガリン
						マヨだま炒め	キャベツ 赤ピーマン かぼちゃ たまねぎ エリンギ 卵 コンソメ マヨネーズ 油	マーボー豆腐	豆腐 豚ひき ねぎ 人参 葱 椎茸 にら 生姜 みそ ごま油 スープストック 片栗 マーボー系 豆プラス	バナナ	
						ほうれん草サラダ	ほうれんそう もやし にんじん 和風ごまドレッシング コーン	えび揚げ餃子	ぶりぶりエビ包み 油 しょうゆ	牛乳	
						コーンクリームスープ	クリームコーン缶 コンソメ 豆乳 食塩 片栗粉 パセリ粉	もやしスープ	もやし 小ねぎ コーン 食塩 ごま スープストック		
						麦茶		牛乳			
						きこり風ペンネ	ペンネ 油 にんにく ツブ缶 椎茸 しめじ マッシュルーム トマト缶 ケチャップ コンソメ パセリ	プリン	動物ビスケット		
5	麦茶 蒸しざつま芋	6	牛乳 ウエハース	7	麦茶 量せんべい	8	牛乳 シリアル	9	麦茶 大豆煮	10	牛乳 おしゃぶり昆布
ご飯(めし)	トマト 麦茶	ご飯(めし)	グレープフルーツ 麦茶	ご飯(めし)	ミニトマト 麦茶	ご飯(めし)	バイン缶 麦茶	ご飯(めし)	オレンジ 麦茶	ご飯(めし)	メロン 麦茶
高野豆腐の卵とし	高野豆腐 卵 みつば にんじん たまねぎ ししいたけ ごま油 砂糖 みりん しょうゆ	メカジキマヨ焼き	かじき ほうれんそう 粉チーズ マヨネーズ 食塩	厚揚げの中華煮	豚ひき肉 厚揚げ 人参 椎茸 チンゲン菜 ねぎ 生姜 ごま油 スープストック 醤油 片栗豆プラス	タンドリーチキン	鶏肉 カレー粉 塩 にんにく ヨーグルト たまねぎ りんご ケチャップ	かに玉風	卵 たけのこ ししいたけ かにかまぼこ スープストック 片栗粉 小ねぎ	さばの塩焼き	
ささみといんげんのごま和え	いんげん 鶏ささ身 しょうゆ 砂糖 ごま	ウインナー炒め	ウインナー たまねぎ ピーマン 油 ケチャップ	あじナゲット	おさかなナゲット しょうゆ 油	パスタサラダ	サラダ用スリケティアー きゅうり にんじん ハム マヨネーズ 食塩	アスパラソテー	アスパラガス にんじん たまねぎ にんにく 油 食塩	枝豆ポテトサラダ	じゃがいも たまねぎ にんじん えだまめ マヨネーズ ハム チーズ
なめこの味噌汁	なめこ ねぎ 豆腐 みそ こんぶだし かつお節 いわしだし	味噌汁(油揚げ)	切り干し大根 油揚げ 小ねぎ みそ こんぶだし かつお節 いわしだし	ニラたまスープ	卵 にら たけのこ スープストック しょうゆ ごま油	大根ときのこのスープ	だいにん えのき エリンギ コンソメ 食塩 絹さや	わかめスープ	わかめ 豆腐 ねぎ コーン スープストック ごま油 しょうゆ	味噌汁(鮎)	焼ふ ねぎ しめじ みそ こんぶだし かつお節 いわしだし
牛乳		麦茶		牛乳		麦茶		牛乳			
いかくん	毎シュークリーム	焼きうどん	ゆでうどん 豚肉 キャベツ にんじん ねぎ ごま油 みりん しょうゆ かつお節	マーマレード蒸しパン	ホットケーキミックス マーマレード 牛乳 クリームチーズ	今川焼	今川焼(冷凍・カスタード)	型抜きチーズ	ハッピーターン		
12	麦茶 みかん缶	13	麦茶 いかくん	14	牛乳 クラッカー	15	牛乳 野菜せんべい	16	麦茶 蒸しかぼちゃ	17	プチダノン
ご飯(めし)	ミニトマト 麦茶	枝豆ごはん	めし えだまめ 食塩 ちりめん佃煮 ごま ごま油	ご飯(めし)	トマト 麦茶	クロワッサン	オレンジ 麦茶	ご飯(めし)	グレープフルーツ 麦茶	スパゲティナーポリタン	スパゲティアーウィンナー 玉ねぎ にんじん ピーマン 油 ケチャップ マッシュルーム 粉チーズ
豆腐チャンプルー	豆腐 卵 ツナ缶 たまねぎ にんじん しめじ 小ねぎ 油 みりん 砂糖 醤油	鶏の唐揚げ	鶏肉 にんにく しょうが しょうゆ みりん 油 片栗粉 小麦粉	あじねぎ味噌焼き	あじ ねぎ みそ みりん	ハムとチーズのオムレツ風	卵 ハム 牛乳 チーズ コンソメ 砂糖 食塩 ケチャップ	チンジャオロース	豚肉 ピーマン 葱 えのき 人参 赤ピーマン 生姜 ごま油 醤油 スープストック	黄桃缶	
エビシュウマイ	えびシュウマイ しょうゆ	トマトきゅうりのサラダ	きゅうり トマト わかめ コーン 和風ドレッシング 豆腐	根菜のきんぴら	にんじん れんこん ごぼう ごま ちくわ ごま油 しょうゆ みりん 砂糖	蒸しブロックリー		わかめサラダ	わかめ きゅうり コーン いか はるさめ 和風ごまドレッシング	牛乳	
味噌汁(ざつま芋)	ざつまいも 高野豆腐 ねぎ みそ かつお・昆布だし汁 黒干だし	メロン	ヤクルト 麦茶	豆腐のすまし汁	豆腐 ししいたけ みつば めんつゆ 食塩	ミネストローネ	ベーコン キャベツ たまねぎ にんじん じゃがいも トマト缶 マカロニ 食塩 コンソメ 油	たまごスープ	ししいたけ 卵 にら スープストック しょうゆ ごま油 高野豆腐		
牛乳		牛乳		麦茶		麦茶		牛乳			
焼きまんじゅう	ホットケーキミックス 米粉 牛乳 みそ 砂糖	ミルクレープケーキ		フルーツパバロア	デザートベース(ヨーグルト風味) 牛乳 パナアロエ バイン缶 みかん缶	佃煮にぎり	米 ひじき しらす しょうが かつお節 しょうゆ みりん ごま 砂糖 ごま油 のり	棒ビスケット	メロンゼリー		
19	麦茶 小魚スナック	20	牛乳 卵ボーロ	21	麦茶 チーズ	22	麦茶 バイン缶	23	牛乳 マリービスケット	24	いちごゼリー
ご飯(めし)	トマト 麦茶	ご飯(めし)	オレンジ 麦茶	ご飯(めし)	バナナ 麦茶	ご飯(めし)	ミニトマト 麦茶	ご飯(めし)	グレープフルーツ 麦茶	塩焼きそば	焼きそばめん 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 油 青のり 塩焼きそばソース
揚げ豆腐の和風あんかけ	豆腐 片栗 鶏ひき肉 豆プラス 玉ねぎ 人参 えのき いんげん 生姜 醤油 砂糖 ごま油 塩	枝豆トマトカレー	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマト缶 にんにく 生姜 カレールフ 油 枝豆	いわし梅煮		豚肉生姜焼き	豚肉 にんにく しょうが 砂糖 しょうゆ	卵とトマトの中華炒め	卵 ツナ缶 ごま油 トマト しめじ もやし 葱 小ねぎ スープストック 食塩	ざくらんぼ	
ジャーマンポテト	ウインナー にんにく 油 じゃがいも パセリ 食塩	福神漬け		いんげんおかか和え	いんげん しょうゆ かつお節	しそひじきの白和え	しそひじき ほうれんそう にんじん 豆腐 ごま 食塩 砂糖	コールスローサラダ	キャベツ きゅうり にんじん コーン ハム フレンチドレッシング 塩	牛乳	
キャベツの味噌汁	キャベツ 油揚げ ねぎ みそ こんぶだし かつお節 いわしだし	きゅうりのともえ和え	きゅうり にんじん ツナ缶 コーン 酢 砂糖 塩	味噌汁(根菜)	切り干し大根 にんじん 厚揚げ ねぎ いわし粉 みそ かつお節 こんぶだし	味噌汁(オクラ)	オクラ たまねぎ えのき 油揚げ みそ こんぶだし	チンゲン菜スープ	干しえび ししいたけ こまつな はるさめ しょうゆ スープストック ごま油 ごま		
牛乳		麦茶		ジョア	ジョア ストロベリー	牛乳		牛乳			
チータラ	焼き豆乳ドーナツ	かりかりおやき	米 チーズ しらす しょうゆ 油 あおのり 干しえび	メロンパン		ざつま芋パウンド	ホットケーキミックス 米粉 卵 牛乳 豆腐 ざつまいも 無塩バター 砂糖 しょうゆ	海苔トースト	食パン のり佃煮 チーズ		
26	牛乳 ココナッツサブレ	27	麦茶 ハッピーターン	28	麦茶 チータラ	29	麦茶 黄桃缶	30	牛乳 蒸しじゃが芋		
ひじきご飯	めし ひじきご飯の系	ベスカトーレスパグティアー	スリケティアー 油 にんにく えび いか ぼたて水餃 エリンギ トマト缶 ケチャップ コンソメ パセリ粉	ご飯(めし)	オレンジ 麦茶	ご飯(めし)	ミニトマト 麦茶	ご飯(めし)	グレープフルーツ 麦茶		
厚揚げイタリアン焼	厚揚げ たまねぎ ケチャップ パン粉 チーズ パセリ	フルーツサラダ	ヨーグルト パナアロエ バイン缶 みかん缶	しらす入り玉子焼き	卵 しらす 小ねぎ あおのり しょうゆ みりん かつおだし	かつおかツ	かつおかツ 油 中濃ソース	ビーフン肉炒め	ビーフン 豚肉 玉ねぎ 人参 にら もやし にんにく 生姜 ごま油 スープストック 醤油 塩		
かぼちゃサラダ	かぼちゃ にんじん きゅうり ハム マヨネーズ 食塩	ポテトスープ	じゃがいも にんじん たまねぎ ウインナー コンソメ 食塩	いんげんソテー	いんげん にんじん たまねぎ にんにく 食塩 しょうゆ 油	納豆オクラ和え	納豆 めかぶ オクラ しょうゆ かつお節 あおのり	チンゲン菜とツナのサラダ	チンゲンサイ だいにん ツナ缶 コーン 和風ドレッシング		
アスパラベーコンスープ	アスパラガス ベーコン エリンギ コーン缶 油	麦茶		味噌汁(高野豆腐)	高野豆腐 えのき みそ ねぎ こんぶだし かつお節 いわしだし	ワンタンスープ	ワンタン もやし にら 人参 ねぎ 椎茸 えのき ごま油 スープストック 醤油 塩	中華スープ(だけのこ)	たけのこ ししいたけ ねぎ スープストック		
麦茶	トマト 麦茶	牛乳		牛乳		牛乳		麦茶			
みかん缶	甘辛せんべい	桃まんじゅう		岩手揚げ	ざつまいも 大豆 ひじき 小麦粉 卵 砂糖 しょうゆ 油	マヨコーンピザ	ぎょうざの皮 ハム たまねぎ コーン マヨドレ チーズ パセリ粉	ヨーグルト	さくっと昆布		
</											