

献立予定表

令和 4年 6月 つるがしま白百合幼稚園

日 (曜日)	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材料	午後おやつ	材料	
1 (水)	17 (金)	クラッカー	ごはん	甘辛コーン団子 ツナじゃが 豚汁 牛乳	鶏肉 玉葱 ｺｰﾝ 枝豆 卵 パﾝ粉 じゃが芋 玉葱 人参 ｷﾞ 白滝 大根 人参 豚肉 牛蒡 豆腐 葱 牛乳	オレンジゼリー 麦茶	ルツヅﾞｰｽ 寒天 みかん缶
2 (木)	20 (月)	せんべい	わかめ ごはん	赤魚煮付け 切干大根の卵とじ すまし汁 牛乳	赤魚 切干大根 豚肉 人参 油揚げ 卵 ほうれん草 麩 牛乳	ペンネソテー 麦茶	ﾏｶｺ 玉葱 ｳｲﾝﾅｰ 人参
3 (金)	21 (火)	ビスケット	ごはん	チンジャオロースー 酢の物 春雨スープ 牛乳	豚肉 筍 ｾﾞｰﾏﾝ 人参 ｵｲﾀｰｰｽ 大根 胡瓜 ｳｶｽ 春雨 卵 葱 牛乳	心のラスク 麦茶	麩 ｾﾞｰﾀ きな粉 粉糖
4 (土)	18 (土)	せんべい	麵	冷やしたぬきうどん 肉団子甘辛あん/ブロッコリー りんごゼリー 牛乳	うどん ｳｶｽ 揚げ玉 肉団子/ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ りんご ｾﾞｰｽ 寒天 牛乳	ウインナーパイ 麦茶	ﾊﾞｲｯﾄ ｳｲﾝﾅｰ
6 (月)	22 (水)	せんべい	ごはん	タンドリーチキン ビーフソテー わかめスープ 牛乳	鶏肉 ｻﾞｰﾏﾝ ｶｰﾌﾟ ｾﾞｰﾏﾝ 玉葱 豚肉 人参 ｾﾞｰﾏﾝ 玉葱 ｳｶｽ 牛乳	お豆腐マフィン 麦茶	ｷｯﾁﾝｷﾞﾝｼﾞ 豆腐 ｾﾞｰﾀ
7 (火)	23 (木)	せんべい	麵	冷やしきつねうどん ちくわ磯辺揚げ きんぴらごぼう 牛乳	うどん ｳｶｽ 油揚げ 竹輪 青のり 牛蒡 人参 白滝 さつま揚げ 牛乳	ごはんピザ 麦茶	ごはん ｷﾞ ｺｰﾝ ｾﾞｰﾏﾝ ｰｽ
8 (水)	24 (金)	ビスケット	ごはん	ポークカレー 味噌マヨ和え キウイフルーツ 牛乳	じゃが芋 玉葱 豚肉 人参 ｶｰﾌﾟ 蓮根 人参 鶏肉 胡瓜 枝豆 ｺﾞﾏ ｻﾞｰｽ ｷﾞﾌﾙｰｯ 牛乳	卵サンド 麦茶	食ﾊﾟﾝ 卵 ｻﾞｰｽ
9 (木)	27 (月)	せんべい	ごはん	さばの竜田揚げ 豚バラ大根 かき玉味噌汁 牛乳	さば 大根 豚肉 人参 蒟蒻 豆腐 卵 葱 牛乳	スイートポテトパイ 麦茶	ﾊﾞｲｯﾄ さつま芋 牛乳
11 (土)	25 (土)	せんべい	パン	ホットドッグ ポテトサラダ コーンスープ 牛乳	ｳｲﾝﾅｰ ｷﾞﾊﾞｯ じゃが芋 胡瓜 人参 ｷﾞ ｻﾞｰｽ ｺｰﾝ 牛乳 ｺｰﾝｰﾌﾟ素 牛乳	いなりずし 麦茶	ごはん いなり揚げ
14 (火)	28 (火)	せんべい	ごはん	キーマカレー パンサンスー オレンジ 牛乳	鶏肉 豚肉 玉葱 ｷﾞﾝｼﾞ 春雨 胡瓜 人参 卵 ｾﾞｰﾀ ｺﾞﾏ ｺﾞﾏ油 ﾙﾂヅﾞ 牛乳	味噌ポテト 麦茶	じゃが芋 味噌
15 (水)	29 (水)	ビスケット	パン	鶏肉トマト煮 フレンチサラダ 豆乳スープ 牛乳	鶏肉 玉葱 ｷﾞﾝｼﾞ 人参 トマト水煮 ｷﾞﾊﾞｯ 胡瓜 人参 ｷﾞ ｾﾞｰﾌﾙｰｯ じゃが芋 玉葱 人参 ｺｰﾝ ｾﾞｰｯ 豆乳 牛乳	おにぎり 麦茶	ごはん 塩昆布
16 (木)	30 (木)	せんべい	ごはん	豚肉スタミナ炒め ほうれん草の和え物 じゃが芋味噌汁 牛乳	豚肉 玉葱 人参 ｺ ほうれん草 人参 卵 ｾﾞｰﾀ ｺﾞﾏ じゃが芋 玉葱 牛乳	お好み焼き風パン 麦茶	食ﾊﾟﾝ ｷﾞﾊﾞｯ しらす ｺｰﾝ 青のり ｰｽ ｻﾞｰｽ
10 (金)		せんべい	お誕生会メニュー	豚肉 豆腐 玉葱 人参 ｺｰﾝ ひじき じゃが芋 玉葱 ｳｲﾝﾅｰ ｾﾞｰﾏﾝ ｷﾞﾊﾞｯ 玉葱 鶏肉 人参 ｻﾞｰﾀ トマト水煮 ｼﾞｻﾞ	ココアプリン 麦茶	牛乳 ｺｯ ｶﾞｰ 生ｸﾘｰﾑ	
13 (月)		せんべい	お弁当の日		あじさいゼリー 麦茶	ぶどう ｾﾞｰｽ ｶﾋﾞｰ 寒天	

*都合により、多少献立を変更する場合があります。ご了承ください。

～お誕生会メニュー～

- ★ごはん
- ★ミートローフ
- ★ジャーマンポテト
- ★ミネストローネ
- ★ｼﾞｻﾞ

今月の平均栄養摂取量	1日あたり (Kcal)	たんぱく質 (g)
3歳未満児	417	15.6
3歳以上児 (昼食のみ)	380	16.2
3歳以上児 (昼食+午後おやつ)	488	19.0