



6月 献立表



すずの丘保育園

令和2年 5月 29日

日付	曜日	午前おやつ (未満児)	昼食	午後おやつ
1	月	グレープジュース	御飯・さばのみぞれ煮・切干大根のサラダ・厚揚げとにらの豚汁・みかん缶	きな粉ドーナツ 牛乳
2	火	フルーツジュース	御飯・チンジャオロース・もやしとひじきの中華和え・豆腐と卵のスープ	コーンフレーク 牛乳
3	水	オレンジジュース	御飯・チキンカツ・(付)キャベツ・ポテトサラダ(カレー)・けんちん汁・りんご缶	ふがし 牛乳
4	木	りんごジュース	御飯・炒り鶏・ほうれん草ともやしのおかか和え・キャベツのみそ汁・洋なし缶	黒糖蒸しパン 牛乳
5	金	野菜ジュース	御飯・鶏肉とじゃがいものトマト煮・きゅうりの華風サラダ・豆腐と麩のすまし汁	せんべい 牛乳
6	土	麦茶	エビピラフ・ポークシュウマイ・野菜サラダ	クッキー 麦茶
8	月	グレープジュース	ハヤシライス・コーンフレークサラダ・カムカムゼリー	カスタードワッフル 牛乳
9	火	野菜ジュース	御飯・厚揚げの中華炒め・ほうれん草の炒り卵和え・もやしのみそ汁・オレンジ	ビスケット 牛乳
10	水	オレンジジュース	わかめ御飯・さわらのみそ照焼・きゅうりとちくわの酢の物・豆腐と小松菜の中華スープ	ジャムサンド 牛乳
11	木	りんごジュース	御飯・鶏肉のマーマレード焼き・(付)サラダ菜・じゃがいもとツナの煮物・キャベツとわかめのスープ・夏みかん缶	豆乳ウエハース 牛乳
12	金	フルーツジュース	御飯・豚肉と玉ねぎのカレー炒め・納豆の五色和え・厚揚げと大根のみそ汁	マカロニきな粉 牛乳
13	土	麦茶	スパゲティナポリタン・チキンナゲット・ほうれん草のおかか和え	せんべい 麦茶
15	月	グレープジュース	御飯・ぎょうざ・(付)レタス・白滝と枝豆の炒り煮・カレースープ・洋なし缶	蒸しさつまいも 牛乳
16	火	野菜ジュース	塩昆布と枝豆の炊き込み御飯・かじきの南蛮漬け・キャベツとほうれん草の磯和え・豆腐と麩のみそ汁	フルーツヨーグルト
17	水	オレンジジュース	御飯・煮込みハンバーグ・(付)サニーレタス・さつまいものサラダ・もやしとにらの中華スープ・りんご缶	カレーチーズラスク 牛乳
18	木	りんごジュース	御飯・春雨と豚肉の炒め物・もやしときゅうりのナムル・小松菜と大根のみそ汁・みそ汁	木の葉パン 牛乳
19	金	フルーツジュース	お弁当日	せんべい 牛乳
20	土	麦茶	ジャムサンド・スコットエッグ・三色サラダ	ビスケット 麦茶
22	月	グレープジュース	御飯・鮭のムニエル・(付)サラダ菜・ひじき入り炒り豆腐・卵スープ・パイン缶	マシュマロサンド 牛乳
23	火	野菜ジュース	御飯・磯辺焼き・ブロッコリーのごま酢和え・さつまい汁	あじさいゼリー
24	水	オレンジジュース	ロールパン・ハートのコロケ・(付)レタス・パスタサラダ・豆乳スープ・夏みかん缶	ロールケーキ 麦茶
25	木	りんごジュース	御飯・筑前煮・春雨と卵のサラダ・小松菜とえのきのみそ汁	ビスケット 牛乳
26	金	フルーツジュース	スパゲッティミートソース・カラフルサラダ・ゼリー	あんぱん 牛乳
27	土	麦茶	冷やしたぬきうどん・厚焼き玉子・ブロッコリーサラダ	せんべい 麦茶
29	月	グレープジュース	チキンカレーライス・ブロッコリーの和風サラダ・オレンジ	クリームコンフェ 牛乳
30	火	野菜ジュース	御飯・マーボー厚揚げ・春雨と昆布の酢の物・キャベツとほうれん草のコンソメスープ	フルーツ&かきもち 牛乳

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	食塩 g
3歳以上児	549	20.8	17.1	228	2.2	1.9
3歳未満児	467	17.2	13.6	191	2.0	1.6

※ 食材納入の関係により、献立が変更になることがあります。

