

6月の予定献立表

発行日：2020年5月29日

作成者：伊藤 清乃

	月	火	水	木	金	土
午前	1 牛乳	2 牛乳	3 牛乳	4 飲むヨーグルト	5 牛乳	6 牛乳
昼食	ごはん わかめ汁 さわらのカレー風味焼き ブロッコリーサラダ バナナ	ごはん 大根のすまし汁 擬製豆腐 もやしのツナごま和え	ごはん 味噌汁 肉じゃが キウイフルーツ	ごはん キャベツスープ さばの煮付け 大根サラダ	ごはん 豆乳スープ 鶏の唐揚げ 春雨サラダ	シーフードスパゲティ たまごスープ コールスローサラダ
午後	牛乳 さつまいも蒸しパン	お茶 かぼちゃ団子あんこ添え	牛乳 バナナマフィン	牛乳 クッキー	お茶 ぶどうゼリー	牛乳 パイ菓子
午前	8 牛乳	9 ヤクルト	10 牛乳	11 牛乳	12 牛乳	13 牛乳
昼食	ごはん 味噌汁 茄子と豚肉の炒め物 オレンジ	ごはん すまし汁 鮭の梅マヨ焼き ひじきと人参の和え物	ごはん チンゲン菜スープ 納豆とコーンの落とし揚げ ほうれん草の和え物	れんこん入りカレーライス 大豆のココロサラダ りんご	ごはん さつまいものみそ汁 魚の野菜蒸し バナナ	ベーコンピラフ キャベツのスープ スパゲティサラダ
午後	お茶 パインヨーグルト	牛乳 りんご餃子	牛乳 きなこマカロニ	お茶 せんべい	お茶 小倉蒸しパン	牛乳 ドーナツ
午前	15 牛乳	16 牛乳	17 牛乳	18 牛乳	19 野菜ジュース	20 牛乳
昼食	ごはん わかめ汁 厚揚げのそぼろ煮 キウイフルーツ	ごはん すまし汁 白身魚のムニエル 小松菜とパインのサラダ	誕生日給食 チキンライス コーンスープ メンチカツ バブリカソテー うさぎりんご	あぶたま丼 じゃがいもの味噌汁 もやしのごま和え	郷土料理(ヨーロッパ) ごはん ミネストローネ ミラノ風カツレツ キャロットラペ	中華丼 春雨スープ バナナ
午後	牛乳 ツナサンド	お茶 ココアゼリー	牛乳 ヒーチショートケーキ	お茶 えびせん	牛乳 手作りクッキー	お茶 せんべい
午前	22 牛乳	23 牛乳	24 豆乳	25 牛乳	26 牛乳	27 牛乳
昼食	ごはん すまし汁 さわらの西京焼き 大根とハムの和え物	ごはん セロリのスープ レバーの酢豚風 キウイフルーツ	ごはん 味噌汁 千草焼き ちくわときゅうりの酢の物	わかめごはん ベーコンと野菜のスープ 鶏肉のパン粉焼き マカロニサラダ	ごはん すまし汁 揚げ魚のみぞれ煮 ブロッコリーの黒ごまサラダ	ちゃんぽん さつまいもの甘煮 オレンジ
午後	お茶 焼きビーフン	お茶 バナナヨーグルト	牛乳 フライドポテト	牛乳 バウムクーヘン	牛乳 麩のラスク	牛乳 白い風船
午前	29 牛乳	30 ぶどうジュース				
昼食	ごはん 里芋の味噌汁 白身魚の和風あんかけ かにカマときゅうりの酢の物	ごはん すまし汁 ジャージャン豆腐 りんご				
午後	お茶 フルーチェ	牛乳 コーンマヨトースト				

給食だより

あじさいが咲き始め、梅雨の季節がやってきました。気温や湿度が高くなるこの時期は、食中毒の多くなる時期でもあります。ご家庭でも石鹸を使ってきちんと手洗いを習慣づけ、いつも清潔にしておきましょう。

6/19、世界(ヨーロッパ)の郷土料理、ミストローネは主にトマトを使ったイタリアの野菜スープです。ミラノ風カツレツは、薄くのばした子羊肉のカツです。給食では豚肉を使用しています。キャロットラペはフランスの家庭料理で、千切りした人参をドレッシングで和えたものです。

献立平均給与栄養量

エネルギー 484 kcal

たんぱく質 19.2 g

脂質 15.1g

☆園の都合により献立を変更する場合がございます。

