

6月予定および献立表

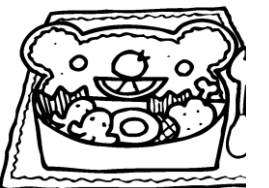


平成29年5月20日
 東奈良敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	金	体育あそび	ジャーツァン豆腐 ばんさんすう ★コーンと卵のスープ	豚肉、筍、人参、厚揚げ、玉ねぎ、小松菜 もやし、カニカマ、きゅうり、人参 クリームコーン缶、卵、ねぎ	●きな粉揚げパン ●牛乳
2	土		チキンピラフ ★コールスローサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン キャベツ、きゅうり、コーン、マヨネーズ しめじ、玉ねぎ、パセリ	★●クッキー ●牛乳
3	日	お休み			
4	月	習字 虫歯予防集会 歯みがき開始 (くま)	ツナ寿司 金平ごぼう ★すまし汁	ツナ、きゅうり、大葉、のり 豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん 卵、えのき茸、三つ葉	マカロニきなこ ●牛乳
5	火	E~たいむ	肉じゃが 酢味噌和え 味噌汁	牛肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、しらたき、いんげん いか、竹輪、きゅうり、人参、白ごま 豆腐、わかめ、三つ葉	●プリン せんべい ●牛乳
6	水	ハロードナルド (きりん)	鮭の西京焼き おかか和え けんちん汁	鮭、味噌 /ミニトマト ほうれん草、白菜、人参 鶏肉、里芋、人参、大根、ごぼう、こんにゃく、ねぎ	コロッケ ●牛乳
7	木	職場体験 (天王中)	★冷やし中華 ●揚げ餃子 フルーツ	中華麺、焼き豚、きゅうり、トマト、錦糸卵 餃子 黄桃	黒糖蒸しパン ●牛乳
8	金	体育あそび シーツ交換	豚肉の生姜焼き ★春雨サラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、きゅうり、もやし、人参、春雨 白菜、油揚げ、ねぎ	●チーズサンド ●牛乳
9	土	保育参観			
10	日	お休み			
11	月	習字	ブリの照り焼き/フルーツ じゃことひじきのサラダ 味噌汁	ぶり / パイナップル じゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン 豆腐、わかめ、ほうれん草	フルーツ寒天 クラッカー ●牛乳
12	火	E~たいむ	中華丼 ●★揚げしゅうまい フルーツ	豚肉、いか、白菜、玉ねぎ、人参、干椎茸、ねぎ 海老しゅうまい オレンジ	冷やしぜんざい ●牛乳
13	水	職場体験 (南中) 歯科検診	●タンダーチキン 大豆サラダ きのこスープ	鶏肉、ヨーグルト、カレー粉 /ミニトマト ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、きゅうり、人参、 しめじ、えのき、玉ねぎ、パセリ /コーン	ポパイ蒸しパン ●牛乳
14	木	スイミング プラネタリウム (きりん)	わかめご飯 筑前煮 胡麻和え 味噌汁	鶏肉、大根、人参、蓮根、こんにゃく、筍、ごぼう、 小松菜、白菜、人参 /いんげん しめじ、油揚げ、ねぎ	うどん ●牛乳
15	金	体育あそび	ピビンパ ブロッコリーのかにあん ★卵スープ	牛肉、もやし、人参、ほうれん草、切り干し大根 ブロッコリー、かにかまぼこ 卵、わかめ、にら	★●マシュマロおこし ●牛乳
16	土		焼きそば風スパゲティ 中華サラダ スープ フルーツ	豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、スパゲティ かにかまぼこ、きゅうり、人参、もやし 豆腐、わかめ、ねぎ	手作り肉まん ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	日	お休み			
18	月	習字 姉妹園交流来園	鯛のから揚げ野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁	鯛、もやし、人参、ピーマン、玉ねぎ ひじき、人参、大豆、竹輪、しらたき、いんげん わかめ、えのき茸、ほうれん草	おにぎり ●牛乳
19	火	E~たいむ	豚肉のしぐれ煮 ★マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、人参、玉ねぎ、しらたき、いんげん ツナ、きゅうり、人参、コーン、マカロニ、マヨネーズ 油揚げ、南瓜、ねぎ	●豆腐ドーナツ ●牛乳
20	水	Jリーグ シーツ交換	★●豆腐の松風焼き カニカマサラダ 味噌汁	鶏ミンチ、玉ねぎ、卵、パン粉、牛乳/ミニトマト かにかま、キャベツ、コーン、きゅうり、人参、大根 じゃが芋、しめじ、ねぎ	●シナモントースト ●牛乳
21	木	お誕生会 内科検診	●夏野菜カレー フルーツサラダ ●キャンディチーズ	豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、 かぼちゃ、ゴーヤ、なす、カレールウ キャベツ、きゅうり、みかん、りんご チーズ	●★パースディケーキ ●牛乳
22	金	乳児ビデオ参観	●ミートスパゲティ コーンサラダ フルーツ	スパゲティ、合挽肉、玉ねぎ、人参、パセリ、 トマト缶、粉チーズ キャベツ、きゅうり、コーン、人参 バナナ	さつまいもスティック ●牛乳
23	土	乳児ビデオ参観 家庭の日	豚丼 胡麻和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、ねぎ キャベツ、人参、平天 麩、わかめ、ねぎ	たこやき ●牛乳
24	日	お休み			
25	月	習字 プール開き 体操服登園開始	鶏肉のノルウェー風 切り干し大根煮 味噌汁	鶏肉 /ブロッコリー 切り干し大根、人参、しらたき、竹輪、いんげん 白菜、油揚げ、ねぎ	おにぎり ●牛乳
26	火	E~たいむ	麻婆丼 ★バンサンスウ わかめスープ	豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、にら ハム、きゅうり、もやし、人参、錦糸卵 わかめ、えのき茸、ねぎ	フルーツゼリー ●ココナッツサブレ ●牛乳
27	水		焼肉 中華サラダ 味噌汁	豚肉、人参、玉ねぎ、ピーマン ブロッコリー、きゅうり、コーン 大根、油揚げ、ほうれん草	★●おからケーキ ●牛乳
28	木	スイミング 避難訓練	鯖の香味焼き お浸し 豚汁	鯖、かぼちゃ ほうれん草、白菜、人参、 豚肉、大根、人参、ごぼう、さつまいも、ねぎ	フライドポテト ●牛乳
29	金	体育あそび	●ハヤシライス ツナサラダ ●キャンディチーズ	牛肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ハヤシルウ ツナ、きゅうり、人参、コーン、キャベツ チーズ	●フルーツヨーグルト クラッカー
30	土		チャーハン ★ハムサラダ わかめスープ	鮭、玉ねぎ、人参、コーン、小松菜 ハム、きゅうり、人参、キャベツ わかめ、豆腐、ねぎ	★●ケーキ ●牛乳

- は乳、★は卵を使用している献立です。
- ・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。
- ・アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい
- ※6・7・8月は、衛生上、毎週土曜日 幼児も給食です。



今月の1人当たりの栄養量(3歳児以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	593	22.2	16.5	247	2.2	225	0.31	0.36	18	-	1.8未満
平均	607	22.3	19.3	253	2.2	187	0.36	0.42	23	3.6	1.7