

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日				
午前					1	麦茶	2	牛乳	3	麦茶	★	4	麦茶		
昼食					ミートソーススパゲティ、コンソメスープ、キャベツのサラダ		御飯、みそ汁(舞茸・小松菜)、タラのおろし煮、もやしとささみの中華和え		御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、ポテトサラダ		おにぎり(鮭、菜飯)、みそ汁、ぎょうざ、バナナ				
午後					レーズン蒸しパン、牛乳		五平餅、麦茶		ジャムサンドロール、オレンジ、牛乳		米粉のタルト、野菜ジュース				
午前	6	麦茶	★	7	牛乳	8	スキムミルク	9	りんごジュース	祝	10	麦茶	★★	11	麦茶
昼食	キッズピピンパ、はるさめスープ、いちご入りフルーツポンチ		グリーンピース御飯、けんちん汁、あじの西京焼き、(星組：鮭の西京焼き)、韓国風和え物		御飯、みそ汁(大根・麩)、マーボー豆腐、ハンサンスー		ポークカレーライス、カラフルサラダ、お祝いデザート		オムライス、白菜スープ、大豆のサラダ、グレープフルーツ		ブルコギ丼、わかめスープ、オレンジ				
午後	カルシウムトースト、牛乳		マカロニナポリタン、麦茶		バナナ、型抜きチーズ(いちご)、麦茶		ごまおこし、ビスケット、牛乳		クリームパン、ジョア		ソファールヨーグルト、せんべい				
午前	13	麦茶	★	14	スキムミルク	15	麦茶	16	牛乳	17	麦茶	18	麦茶		
昼食	野菜たっぷりみそラーメン、(星組：野菜たっぷりゆめめん)、かぼちゃのそぼろあんかけ、ヤクルト		御飯、みそ汁(玉ねぎ・しめじ)、白身魚のフライ、コールスローサラダ		ごはん(麦入り)、みそ汁(わかめ・もやし)、鶏肉の治部煮、スキム卵の花、いちご		御飯、みそ汁(えのき・油揚げ)、豆腐の中華煮、ほうれん草のナムル		豚丼、みそ汁(さつまいも・ねぎ)、五目煮豆、キウイ		ナポリタン、コーンスープ、ぶどうゼリー				
午後	みかんゼリー		鮭わかめおにぎり、麦茶		プリン(手作り)		みたらし団子(以上児)、じゃが芋のみたらし団子(未満児)、麦茶		ソファールヨーグルト、せんべい		ワッフル、ジョア				
午前	20	スキムミルク	21	麦茶	★	22	牛乳	23	麦茶	24	スキムミルク	★	25	飲むヨーグルト	
昼食	御飯、みそ汁(豆腐・ほうれん草)、鶏肉の照り焼き、白菜のおかかチーズ和え		ハヤシライス、はるさめサラダ、フルーツヨーグルト		御飯、のっぺい汁、さばの塩焼き、(星組：ほっけの塩焼き)、キャベツとツナのサラダ		ごはん(玄米入り)、みそ汁(かぶ・葉)、擬製豆腐、マカロニサラダ		焼きうどん、中華スープ、焼きぎょうざ、(星組：コーンいももち)、オレンジ		カレーライス、豆乳グラタン、デザート				
午後	にゅうめん、麦茶		スティックケーキ、(星組：野菜パンケーキ)、カルピス		2色ゼリー		ウインナーとチーズの蒸しパン、牛乳		しらすチャーハン、麦茶		スティックパン、麦茶				
午前	27	牛乳	★	28	飲むヨーグルト	29	<div style="text-align: center;">  <p>昭和の日</p> </div>		30		麦茶				
昼食	御飯、みそ汁(白菜・厚揚げ)、豚肉の生姜炒め、キャベツの塩昆布和え		こいのぼりカレーピラフ、ピシソワーズ、鮭の竜田揚げ、(添)ブロッコリー		御飯、みそ汁(麩・ほうれん草)、八宝菜、わかめサラダ				ピザトースト、牛乳		<div style="text-align: center;">  <p>おいせ</p> </div>		<p>ひまわり保育園では、お誕生月の子のリクエストのメニューを給食に取り入れています。リクエスト全てに対応できない場合もございます。ご了承ください。</p> <p>給食がない日などは日にちが前後してしまうことがありますが、なるべく誕生日当日に提供したいと思います。</p>		
午後	ツナとほうれん草のドリア風、麦茶		クリームソーダ風ゼリー、せんべい(以上児)												

★ 今月のお誕生日 リクエストメニュー ★

星組

月組

- ちゃん(29日)いちご・カニカマ・鮭
- くん(10日)オムライス・チャーハン・ブドウゼリー
- くん(12日)魚のムニエル・ハンバーグ・みかんゼリー
- ちゃん(21日)ラーメン・ゼリー・カルピス・いちご
- ちゃん(24日)うどん・ヨーグルト・チーズ

太陽組

- くん(4日)ハンバーグ・からあげ
- くん(6日)いちご・納豆・かぼちゃの煮物
- くん(11日)パン・とうもろこし・いちご

		今月の平均給与栄養量				
		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	441	16.9	11.5	169	1.6
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6
以上児	平均値	542	20.2	14.1	206	2
	目標値	576	23	16	261	1.9

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。☆アレルギー対応児には献立に応じて代替え食、除去食で提供します。

献立表

Main menu table with columns for days of the week (月曜日 to 土曜日) and rows for meals (1 to 4). Includes items like 朝食, 昼食, 夕食, and デザート. Special days like 昭和の日 are also indicated.

ご入園おめでとうございます
3回食は、生後9～11ヶ月頃で、カミカミ期とも呼ばれます。歯茎でつぶせる固さや大きさのものが食べられるようになる時期です。1日3回食となり、食事のリズムが完成する時期です。食事に加えて、母乳は欲しがるだけ、与えましょう。お子さんがここちよい環境の中で、食べる楽しさを感じていけるよう、ご家庭と連携をとりながらひとりひとりのペースで進めていきたいと思いますので、よろしくお願ひいたします。



☆献立内容は都合により変更する場合があります。
☆アレルギー対応児には献立に応じて代替食、除去食で提供します。
☆虹組は土・日・祝日の給食がありません。ご利用の場合は各自お弁当をご持参ください。