


百合が丘 ひまわり保育園(一般)

2020年06月分の献立

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																																									
午前	1	ショア ★	2	牛乳	3	飲むヨーグルト ★	4	麦茶 	5	スキムミルク 	6	飲むヨーグルト																																								
昼食	中華丼、わかめスープ、星ポテト、バナナ		御飯、みそ汁(しめじ・たまねぎ)、チキンのパン粉焼き、五色金平		御飯、みそ汁(にら・卵)、マーボー豆腐、韓国風和え物		御飯(玄米)、けんちん汁、白身魚の竜田揚げ、かみかみサラダ		梅としらすの御飯、(星組: しらす御飯)、みそ汁(小松菜・えのき)、豚肉の生姜炒め、ポテトサラダ		カレーライス、豆乳グラタン、チョコプリン																																									
午後	バームクーヘン、牛乳		冷や汁風そうめん、麦茶		ぶどうゼリー(ホイップ添え)		黒ゴマのザクザククッキー、せんべい、牛乳		カエルのどら焼き、牛乳		スティックパン、麦茶																																									
午前	8	牛乳 ★	9	麦茶	10	スキムミルク	11	牛乳	12	麦茶	13	麦茶																																								
昼食	きのことベーコンのナポリタン、コンソメスープ、コーンフレークのパリパリサラダ、ヤクルト		麦ごはん、すまし汁(大根・小ねぎ)、さばのみそ煮、(星組: 鮭のみそ煮)、そばろ肉じゃが、キウイフルーツ		御飯、みそ汁(南瓜・いんげん)、鶏肉のマーメイド焼き、納豆あえ		御飯、ふりかけ、みそ汁(白菜・まいたけ)、スパニッシュオムレツ、フロッコリーとささ身の和え物		御飯、みそ汁(キャベツ・麩)、肉豆腐、切昆布の煮物、オレンジ		ブルコギ丼、わかめスープ、クリームソーダ風ゼリー																																									
午後	五平餅、食べる小魚(以上児)、麦茶		フルーチェ		ツナコーンドリア、麦茶		マシュマロおこし、カリカリスティック(以上児)、野菜ジュース		パンクラタン、麦茶		米粉タルト、ショア																																									
午前	15	スキムミルク	16	麦茶 ★	17	牛乳 ★★	18	りんごジュース ★	19	麦茶 	20	麦茶																																								
昼食	御飯、みそ汁(えのき・ほうれん草)、タラのおろし煮、きゅうりとささみのサラダ		野菜たっぷりみそラーメン、(星組: 野菜たっぷりにゅうめん)、切干大根のサラダ、アップルコンポート		御飯、きのこのスープ、ハンバーグ、枝豆のサラダ		肉みそうどん、白菜のなめ茸和え、寒天入りフルーツポンチ		御飯、冬瓜汁、チンジャオロース、白雪サラダ、メロン		おにぎり(鮭、菜飯)、みそ汁、ぎょうざ、バナナ																																									
午後	おかかおにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶		豆乳バナナ蒸しパン、牛乳		フルーツアイス		シュガートースト、牛乳		かたつむりケーキ、牛乳		イチゴスティックケーキ、野菜ジュース																																									
午前	22	オレンジジュース ★	23	麦茶 ★	24	スキムミルク	25	牛乳 ★	26	麦茶 ★	27	麦茶																																								
昼食	豚丼、みそ汁(豆腐・わかめ)、小松菜とツナのごま和え、チーズ		御飯、具沢山汁、鶏肉のピカタ、コロコロサラダ		ひじきごはん、みそ汁(玉ねぎ・絹さや)、鮭の味噌しょうゆ焼き、ピーマン炒め		ロールパン、ピシソワーズ、ミートボールのトマト煮、プリン		チキンカレー、マカロニサラダ、ショア		ナポリタン、コーンスープ、オレンジ																																									
午後	あじさいゼリー、ウエハース 		ケーキ、(星組: ミニパンケーキ)、牛乳		ぎょうざの皮ピザ、牛乳		しらすわかめおにぎり、麦茶		バナナ、ビスコ、牛乳		ソファールヨーグルト、せんべい																																									
午前	29	スキムミルク 	30	麦茶	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p style="text-align: center;">今月の平均給与栄養量</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="2"></th> <th>エネルギー</th> <th>タンパク質</th> <th>脂質</th> <th>カルシウム</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <th colspan="2"></th> <th>(kcal)</th> <th>(g)</th> <th>(g)</th> <th>(mg)</th> <th>(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">未満児</td> <td>平均値</td> <td>443</td> <td>17.5</td> <td>12.5</td> <td>198</td> <td>1.6</td> </tr> <tr> <td>目標値</td> <td>463</td> <td>18.5</td> <td>12.9</td> <td>213</td> <td>1.6</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">以上児</td> <td>平均値</td> <td>540</td> <td>20.6</td> <td>15.4</td> <td>216</td> <td>1.9</td> </tr> <tr> <td>目標値</td> <td>576</td> <td>23</td> <td>16</td> <td>261</td> <td>1.9</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">※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。</p>										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	443	17.5	12.5	198	1.6	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6	以上児	平均値	540	20.6	15.4	216	1.9	目標値	576	23	16	261	1.9
		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	443	17.5	12.5	198	1.6																																														
	目標値	463	18.5	12.9	213	1.6																																														
以上児	平均値	540	20.6	15.4	216	1.9																																														
	目標値	576	23	16	261	1.9																																														
昼食	焼きそば、(星組: 焼きうどん)、中華スープ、ピーチヨーグルト		ごはん、みそ汁(大根・揚げ)、五目卵焼き、ハンサンズー																																																	
午後	鮭チャーハン、麦茶		揚げパン、牛乳																																																	

★ 今月のお誕生日 リクエストメニュー ★

星組 くん(18日)ジュース・豆腐の味噌汁・パン
 月組 くん(3日)ラーメン・枝豆・ブドウゼリー
 ちゃん(21日)からあげ・チーズ・ポテト

太陽

ちゃん(7日)ナポリタン・オムライス・いちご
 くん(25日)プリン・餃子・ラーメン
 くん(1日)餃子・ラーメン・バナナ
 ちゃん(16日)ラーメン・餃子・枝豆

ちゃん(17日)オムライス・フライドポテト・アイス
 くん(17日)からあげ・ハンバーグ
 ちゃん(23日)からあげ・ケーキ・ぶどう
 くん(27日)カレー・からあげ・いちご

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。