

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前					1	麦茶	2	オレンジジュース★	3	牛乳★	4	りんごジュース
昼食					枝豆御飯、みそ汁(豆腐・えのき)、赤魚の煮付け、干草和え、さくらんぼ		ツナカレーライス、ブロッコリーのマヨサラダ、ソファールヨーグルト		ミートソースパグティ、わかめスープ、イタリアンサラダ、コンポート			ハヤシライス、フルーツヨーグルト
午後					じゃがバター、牛乳		すいか、せんべい		プリンアラモード			甘食パン、牛乳
午前	6	麦茶	7	スキムミルク★	8	麦茶	9	牛乳	10	麦茶	11	麦茶
昼食	わかめ御飯、豚汁、鮭の塩焼き、ほうれん草のごま和え		七塔そうめん、星型コロッケ、オレンジ		御飯、みそ汁(玉ねぎ・わかめ)、鶏肉の照り焼き、人参しりしり、りんご		キッズピピンバ、白菜スープ、カニカマと豆のサラダ		御飯、みそ汁(かぶ・油揚げ)、親子煮、切干し大根の中華和え、納豆			ピザトースト、ポトフ、ジョア
午後	ゆでとうもろこし、カルシウムかりんとう(以上児)、牛乳		七塔ゼリー、星食べよ		しらすチーズトースト、牛乳		マカロニナポリタン、麦茶		型抜きチーズ(いちご)、ビスケット、ヤクルト			ぶどうゼリー、ウエハース
午前	13	飲むヨーグルト★	14	麦茶	15	牛乳	16	スキムミルク	17	麦茶	18	飲むヨーグルト
昼食	塩ラーメン、ぎょうざ、りんごゼリー		御飯、みそ汁(なめこ・ねぎ)、さばの竜田揚げ、キャバツの塩昆布和え		御飯、すまし汁(ほうれん草)、鶏肉のみそ漬け焼、サラスパサラダ		御飯、みそ汁(白菜・まいたけ)、回鍋肉、大豆入りひじきの煮物		夏野菜ハヤシライス、カラフルサラダ、ジョア			マーボー豆腐丼、はるさめスープ、オレンジ
午後	しらすおかかおにぎり、おやつ昆布(以上児)、麦茶		オレンジ風味のフレンチトースト、牛乳		塩ゆで枝豆、ホームパイ、麦茶		豆乳もち、麦茶		おからケーキ、牛乳			プリン、せんべい
午前	20	麦茶	21	牛乳	22	麦茶	23		24		25	麦茶
昼食	御飯、みそ汁(小松菜・切干大根)、擬製豆腐、もやしときゅうりのマヨ醤油和え、キウイフルーツ		グリーンピース御飯、けんちん汁、あじの西京焼き、わかめサラダ、バナナ		ひまわりそばろ丼、みそ汁(きのこ・豆腐)、和風ポテトサラダ、トマト							焼きそば、卵スープ、フルーツコンポート
午後	ハムチーズサンド、牛乳		フルーツゼリー		コーンとウインナーの蒸しパン、牛乳							おにぎりせんべい、ジョア
午前	27	麦茶★	28	スキムミルク	29	牛乳★	30	麦茶	31	スキムミルク		
昼食	御飯、みそ汁(大根・揚げ)、白身魚のフライ、白菜のおかかチーズ和え		冷やし中華、かぼちゃのそぼろあんかけ、すいか		チキンライス、ポトフ風スープ、オムレツ、ぶどうゼリー		ドライカレー、きのこのスープ、フルーツヨーグルト		御飯、みそ汁(じゃが芋・もやし)、鶏のから揚げ、コールスローサラダ			
午後	バナナ、せんべい、ヤクルト		味噌おにぎり、麦茶		フライドポテト、野菜ジュース		マーラーカオ、牛乳		冷やしそうめん、麦茶			

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。

★今月のお誕生日 リクエストメニュー★

★星組

ちゃん(2日) すいか・ラーメン・ブロッコリー

★太陽組

くん(7日) オレンジ・ラーメン・からあげ
 くん(25日) ヤクルト・ナポリタン・お好み焼き
 ちゃん(3日) わかめスープ・からあげ・ソーセージ
 くん(29日) フライドポテト・ラーメン・オレンジ

★月組

今月の平均給与栄養量

	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
未満児	平均値	410	17.3	11.5	181
	目標値	463	18.5	12.9	213
以上児	平均値	521	20.3	14.5	201
	目標値	576	23	16	261

※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。