

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	スキムミルク ★	2	牛乳	3	スキムミルク ★	4	麦茶	5	スキムミルク	6	麦茶
昼食	チキンライス、きのこスープ、コロック、 <b>ヨーグルト</b>		御飯、はるさめスープ、豚肉のバーベキューソース炒め、わかめとツナの和え物		冷しゃぶうどん、さつまいもの甘煮、プリン		御飯、みそ汁(もやし・小ネギ)、鮭の竜田揚げ、マセドアンサラダ		御飯、みそ汁(小松菜・生揚げ)、タンドリーチキン、大豆入りひじきの煮物、キウイフルーツ		パン(ホットドッグ、メロンパン)、ポトフ、ピーチヨーグルト	
午後	しらすおかかおにぎり、麦茶		未満児：フルーチェ、以上児：アイス(ガリガリ君)		五平餅、食べる小魚(以上児)、麦茶		バナナ、カルシウムせんべい、牛乳		マシュマロおこし、おやつ昆布(以上児)、牛乳		せんべい、型抜きチーズ、オレンジジュース	
午前	8	牛乳	9	スキムミルク ★★	10	牛乳 ★★	11		12	スキムミルク ★	13	
昼食	わかめ御飯、みそ汁(大根・えのき)、豆腐の中華煮、ほうれん草のナムル		チャーハン、中華スープ、 <b>とうもろこし</b> 、型抜きチーズ		ミートソーススパゲティ、コンソメスープ、ポパイソテー、オレソジ				夏野菜のカレーライス、 <b>チキンナゲット</b> 、ショア		お弁当持参	
午後	プリンアラモード		焼きそば、麦茶		フライドポテト、牛乳				カルシウムおにぎり、食べる小魚(以上児)、麦茶			
午前	15		16	牛乳	17	麦茶	18	スキムミルク ★★ ★★	19	牛乳 ★★	20	麦茶
昼食	お弁当持参		お弁当外注		御飯、みそ汁(にら・もやし)、マーボー豆腐、はるさめサラダ、すいか		塩ラーメン、 <b>かぼちゃの煮物</b> 、フルーツヨーグルト		御飯(玄米)、みそ汁(なす・生揚げ)、 <b>鶏のから揚げ</b> 、(添)ブロッコリー、納豆あえ		焼きそば、中華スープ、ゼリー	
午後			ドライカレーピラフ、麦茶		カルシウムトースト、牛乳		アイス、せんべい		塩ゆで枝豆、型抜きチーズ、まめびよ		米粉のスイーツ、牛乳	
午前	22	牛乳	23	麦茶	24	スキムミルク ★	25	麦茶	26	牛乳	27	麦茶
昼食	中華丼、焼きぎょうざ、寒天入りサイダーボンチ		ごはん(麦入り)、すまし汁(豆腐・ほうれん草)、さばのみそ煮、マカロニサラダ、オレソジ		御飯、コーンスープ、 <b>ハンバーグ</b> 、カラフルサラダ		御飯、具沢山汁、豚肉の生姜炒め、わかめサラダ		焼きうどん、すまし汁(えのき・オクラ)、フルーツサラダ、型抜きチーズ		ハヤシライス、バナナ、ヤクルト	
午後	冷やしそうめん、麦茶		フライドポテト、ナゲット、野菜ジュース		クレープ、せんべい(以上児)、牛乳		マシュマロサンド、食べる小魚(以上児)、牛乳		ひじきチャーハン、麦茶		せんべい、コーンクッキー、牛乳	
午前	29	麦茶	30	スキムミルク	31	麦茶						
昼食	菜飯、味噌けんちん汁、鶏肉のマーマレード焼き、ブロッコリーのカレーマヨサラダ		御飯(玄米)、わかめスープ、マーボー茄子、白菜のおかかチーズ和え		御飯、すまし汁(舞茸・ほうれん草)、鮭の西京焼き、切干し大根の中華和え、グレープフルーツ							
午後	りんごのコンポート、カミカミ昆布(以上児)、牛乳		きな粉トースト、牛乳		マーブル蒸しパン、牛乳							

★ 今月のお誕生日リクエストメニュー ★

★星組

- さん(1日) パイナップル、しらす、**ヨーグルト**
- さん(11日) ハンバーグ、**ミートソーススパゲティ**、オムライス
- さん(11日) **フライドポテト**、からあげ、ヨーグルト
- さん(19日) ブロッコリー、**枝豆**、ポテト、いちご
- さん(20日) バナナ、**からあげ**、ヨーグルト

♫月組

- さん(3日) からあげ、ラーメン、**うどん**
- さん(20日) おいなりさん、ケーキ、**アイスクリーム**

★太陽組

- さん(9日) ラーメン、**チャーハン**、ガリガリ君
- さん(9日) ハンバーグ、**とうもろこし**、プリン
- さん(14日) **チキンナゲット**
- さん(18日) **塩ラーメン**、コーンスープ
- さん(18日) オムライス、**かぼちゃの煮物**、いちご
- さん(24日) **ハンバーグ**、塩ラーメン、イチゴクレープ

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	466	18.6	14.2	239	1.4
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	575	21.7	17.3	236	1.7
	目標値	560	22	18	260	1.6

※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。