



6月献立予定表



日	曜日	乳児のみ9:30おやつ	昼 食								3:00おやつ
			乳児栄養価				幼児栄養価				
			エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	
1	金	フルーツ	ごはん 鶏のてりやき がんもの煮物 胡麻和え GF たまねぎのみそ汁								ジャムサンド
			469	22.3	13.6	1.9	577	27.7	17.3	2.3	
2	土										
4	月	ヨーグルト	ゆかりごはん 豚肉のしょうがやき だいこんきんぴら おひたし オレンジ 豆腐のみそ汁								ワッフル
			477	21.3	15.3	1.8	589	26.4	18.1	2.2	
5	火	ビスケット	ごはん 魚のフライ 切干大根 ごまあえ こまつなのみそ汁 GFルビー								プリン お菓子
			492	20.6	15.4	1.5	588	22.4	17.9	1.6	
6	水	おせんべい	ごはん スタミナ焼肉 茹でキャベツ あつあげの煮物 わかめのみそ汁 パナナ								ゼリーポンチ
			469	16.3	15.2	1.6	570	18.6	17.2	1.8	
7	木	ビスケット	ごはん 鶏のネギみそ焼き ひじき煮 おひたし おふ入りすまし汁 オレンジ								おふらすく
			469	16.3	15.2	1.6	570	18.6	17.2	1.8	
8	金	コーンフレーク	ナポリタン パン オムレツ 茹で野菜 コーンスープ パイン 牛乳								おにぎり
			492	20.6	15.4	1.5	588	22.4	17.9	1.6	
9	土										
11	月	おせんべい	ごはん とりつくね焼き にんじんきんぴら おひたし わかめのみそ汁 オレンジ								フライドポテト
			470	21.6	12.3	1.9	588	22.7	17.7	2.3	
12	火	ヨーグルト	ごはん かに玉 ナムル シューマイ オレンジ 中華スープ パナナ								フルーツポンチ
			500	19.2	20.3	3	610	23.4	23	3.4	
13	水	ムース	なめしごはん 魚の塩焼き がんも煮 ごまあえ だいこんのみそ汁 GF								ホットケーキ
			469	16.3	15.2	1.6	570	26.5	14.2	1.8	
14	木	ヨーグルト	わかめうどん おいもの天ぷら、ちくわのてんぷら おひたし オレンジ								おにぎり
			513	20	15.3	1.9	601	20.1	17.6	2.1	
15	金	ビスケット	ごはん 煮込みハンバーグ フライドポテト スパサラ コンソメスープ パイン								杏仁フルーツ
			513	18.6	22.1	2	601	19.5	23.3	2.2	
16	土										
18	月	フルーツ	ごはん 魚の味噌煮 いそあえ 厚焼き玉子 ほうれんそうのすまし汁 GF								クレープ
			513	17.3	16.2	2.1	600	20.5	21.6	2.3	
19	火	ヨーグルト	ごはん 麻婆はるさめ 餃子 ナムル 中華スープ GFルビー								星ぼて
			477	17.3	20.1	2.1	580	18.6	22.1	2.7	
20	水	ビスケット お茶	ごはん 鶏のからあげ ひじきの煮物 おひたし 豆腐のみそ汁 パイン								たいやき
			499	21.3	19.6	1.6	578	23.7	21.5	1.8	
21	木	パン	わかめごはん 魚の塩焼き 酔の物 厚揚げの煮物 おふのすまし汁 オレンジ								バナナケーキ
			500	16.8	15.4	1.3	559	20.6	17.3	1.4	
22	金	おせんべい	ごはん 回鍋肉 春巻き 中華サラダ パイン 中華スープ								ヨーグルト おかし
			493	19.6	19	1.9	594	23.9	24.3	2.2	
23	土										
25	月	ムース	ふりかけごはん 鶏のネギ塩焼き がんも煮 ごまあえ もやしのみそ汁 GF								原宿ドック
			469	16.3	15.2	1.6	570	26.5	14.2	1.8	
26	火	おせんべい	ごはん 豚肉の酢豚風 チャブチェ シューマイ 中華スープ GFルビー								ムース
			462	18.3	13.2	1.5	577	21	16.9	1.9	
27	水	ビスケット	わかめごはん 魚のフライ いそあえ 高野豆腐の卵とじ ほうれんそうのすまし汁 パイン								ヨーグルト お菓子
			490	15.9	15.3	2.1	563	16.3	17.6	2.5	
28	木	鈴カステラ	ふりかけごはん はんぺんチーズフライ イタリアンサラダ シューマイ コンソメスープ GF								ゼリー
			523	21.5	21.8	2.3	616	22.1	23.3	2.4	
29	金	ヨーグルト	カレーライス ゆで卵 グリーンサラダ トマト コンソメスープ 梨								コーンフレーク
			500	16.5	14.3	2	584	17.2	15.4	2.3	
30	土										

※ 材料入手の都合により、一部変更することもありますのでご了承下さい。月、水、金曜日は牛乳になります。平成30年