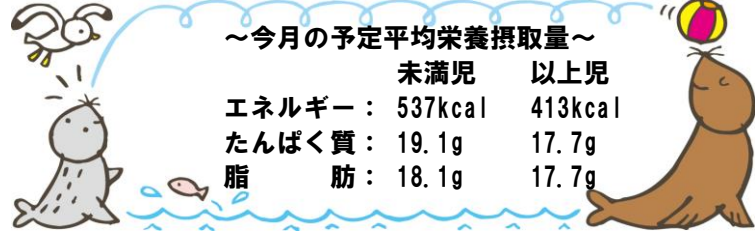




# 給食予定献立表



## 竹駒保育園



～今月の予定平均栄養摂取量～

	未満児	以上児
エネルギー	537kcal	413kcal
たんぱく質	19.1g	17.7g
脂 肪	18.1g	17.7g

※以上児は家庭から持参するごはんの栄養量は含まれていません

		1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)					
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん				
副食	豚肉の柳川風 ブロッコリーと若布のお浸し 豆腐とほうれん草の味噌汁 ミニトマト	魚の照り焼き そうめん風サラダ つくね汁 キウイフルーツ	魚の照り焼き そうめん風サラダ つくね汁 キウイフルーツ	ベーコンエッグ 油揚げと青菜の煮浸し 豆麩の味噌汁 グレープフルーツ	挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し キャベツの味噌汁 ミニトマト	挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し キャベツの味噌汁 ミニトマト	挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し キャベツの味噌汁 ミニトマト	挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し キャベツの味噌汁 ミニトマト	挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し キャベツの味噌汁 ミニトマト				
おやつ	みたらしだんご・牛乳	小倉蒸しパン・牛乳	小倉蒸しパン・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳				
		6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	【手作り弁当の日】
副食	タンドリーチキン マカロニサラダ 南瓜といんげんの味噌汁 ミニトマト	中華風冷奴 豚肉とピーマンの炒め物 七タスープ メロン・七タゼリー	かじきの醤油マヨネーズ ジャーマンポテト 五目味噌汁 パイナップル	枝豆入り卵焼き 味噌ドレッシングサラダ はんぺんスープ キウイフルーツ	枝豆入り卵焼き 味噌ドレッシングサラダ はんぺんスープ キウイフルーツ	枝豆入り卵焼き 味噌ドレッシングサラダ はんぺんスープ キウイフルーツ	枝豆入り卵焼き 味噌ドレッシングサラダ はんぺんスープ キウイフルーツ	酢豚 春雨酢の物 若布コーンスープ オレンジ	酢豚 春雨酢の物 若布コーンスープ オレンジ	酢豚 春雨酢の物 若布コーンスープ オレンジ	酢豚 春雨酢の物 若布コーンスープ オレンジ	酢豚 春雨酢の物 若布コーンスープ オレンジ	
おやつ	フルーツサンド・牛乳	ココアケーキ・牛乳	白玉だんご黒蜜かけ・牛乳	大学芋・牛乳	大学芋・牛乳	大学芋・牛乳	大学芋・牛乳	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい	カルピスゼリー・せんべい
		13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)	
未満児主食	卵ごはん	ごはん	ごはん	【お誕生会】	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食	肉豆腐 南瓜サラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 グレープフルーツ	茄子のミートグラタン 大根サラダ 高野豆腐のすまし汁 メロン	豚肉の野菜巻き 若布サラダ 春雨スープ バナナ	うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか	うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか	うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか	うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか	高野豆腐の挽肉かけ ポパイサラダ 五目スープ パイナップル	高野豆腐の挽肉かけ ポパイサラダ 五目スープ パイナップル	高野豆腐の挽肉かけ ポパイサラダ 五目スープ パイナップル	高野豆腐の挽肉かけ ポパイサラダ 五目スープ パイナップル	高野豆腐の挽肉かけ ポパイサラダ 五目スープ パイナップル	ハムピカタ 茄子炒め 豆腐の味噌汁 バナナ
おやつ	甘食・牛乳	豆銀糖・牛乳	卵サンド・牛乳	アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳
		20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)	
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	海の日	ごはん	ごはん	ごはん	スポーツの日	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食	親子煮 いんげんと人参のきんぴら 若布の味噌汁 ミニトマト	小魚と大豆のからめ煮 青菜のごま和え さつま芋甘煮 吉野汁・キウイフルーツ	鶏肉のソテー シーフードサラダ もやしの味噌汁 バナナ		うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか	うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか	うな井・南瓜そぼろ煮 胡瓜の酢味噌和え そうめん汁 すいか		はんぺんのチーズ焼き ごまもやし 若布スープ オレンジ	はんぺんのチーズ焼き ごまもやし 若布スープ オレンジ	はんぺんのチーズ焼き ごまもやし 若布スープ オレンジ	はんぺんのチーズ焼き ごまもやし 若布スープ オレンジ	はんぺんのチーズ焼き ごまもやし 若布スープ オレンジ
おやつ	フルーツゼリー・せんべい	ピザトースト・牛乳	クレープ・麦茶		アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム		バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳	バナナケーキ・牛乳
		27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)			
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食	生姜焼き 粉吹き芋・人参グラッセ きのこのスープ パイナップル	天ぷら 大根なます なめこ汁 ミニトマト	ツナとチーズの卵焼き 切り干し大根の和風サラダ キャベツと油揚げの味噌汁 オレンジ	ツナとチーズの卵焼き 切り干し大根の和風サラダ キャベツと油揚げの味噌汁 オレンジ	夏野菜カレー 麦茶 すいか	夏野菜カレー 麦茶 すいか	夏野菜カレー 麦茶 すいか	夏野菜カレー 麦茶 すいか	春巻き キャベツのごま豆腐和え 玉ねぎと若布の味噌汁 ミニトマト	春巻き キャベツのごま豆腐和え 玉ねぎと若布の味噌汁 ミニトマト	春巻き キャベツのごま豆腐和え 玉ねぎと若布の味噌汁 ミニトマト	春巻き キャベツのごま豆腐和え 玉ねぎと若布の味噌汁 ミニトマト	春巻き キャベツのごま豆腐和え 玉ねぎと若布の味噌汁 ミニトマト
おやつ	なべ焼き・牛乳	ずんだプリン・せんべい	ジャムサンド・牛乳	ジャムサンド・牛乳	パン・牛乳	パン・牛乳	パン・牛乳	パン・牛乳	ジョア・せんべい	ジョア・せんべい	ジョア・せんべい	ジョア・せんべい	ジョア・せんべい