



給食予定献立表



横田保育園

	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
未満児主食	ごはん	ごはん	ひじきごはん	ごはん	ごはん	ごはん
副食	肉じゃが 胡瓜もみ しめじの味噌汁 すいか	卵グラタン じゃが芋きんぴら すまし汁 ミニトマト	ハワイアンポークソテー 親子サラダ 大根汁 グレープフルーツ	南瓜オムレツ もやしの炒め物 若布コーンスープ キウイフルーツ	海老と豆腐のケチャップ煮 ひじきのごま和え 春雨スープ パイナップル	焼きビーフン オーロラサラダ 豆腐の味噌汁 オレンジ
おやつ	くるみゆべし・牛乳	フルーツヨーグルト・せんべい	レアチーズ・せんべい	かまもち・牛乳	グラノーラクッキー・牛乳	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
未満児主食	ごはん	ごはん	しらすごはん	山の日	ごはん	【手作り弁当の日】
副食	焼きししゃも アスパラのサラダ カレー汁 ぶどう	茄子と南瓜の揚げ煮 にらと挽肉の卵とじ 五目うどん メロン	豚の角煮 切り干し大根の和風サラダ にらたま汁 パイナップル		親子煮 いんげんのサラダ 豆麩の味噌汁 ミニトマト 南瓜バターケーキ・牛乳	
おやつ	大学芋・牛乳	枝豆・ヤクルト	黒糖豆乳プリン・せんべい			
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
未満児主食	【手作り弁当の日】	【手作り弁当の日】	ごはん	ごはん	【クッキング】	ごはん
副食			中華のローストチキン 野菜ソテー 五目スープ オレンジ	魚の竜田揚げ ジャーマンポテト もやしと油揚げの味噌汁 すいか	夏野菜カレー マカロニサラダ はんぺんスープ メロン	豚肉の味噌炒め スパゲティソース 若布スープ グレープフルーツ
おやつ			がんばき・牛乳	バナナケーキ・牛乳	ゼリー・せんべい	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
未満児主食	ごはん	ごはん	ごまごはん	【お誕生会】	ごはん	ごはん
副食	鶏肉のホイル焼き そうめん風サラダ もやしの味噌汁 パイナップル	タラフライのタルタルソース もやしのナムル・粉ふき芋 南瓜の味噌汁 ぶどう	マカロニグラタン 大根サラダ 白菜と人参の味噌汁 オレンジ	冷やし中華 南瓜含め煮 枝豆 すいか	五目大豆 利久和え 吉野汁 ぶどう	はんぺんのチーズ焼き ごま酢キャベツ 青菜の味噌汁 ミニトマト
おやつ	ピザトースト・牛乳	とうもろこし・飲むヨーグルト	小倉水ようかん・牛乳	アイスクリーム	野菜クラッカー・牛乳	
	29日(月)	30日(火)	31日(水)			
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん			
副食	八宝菜 中華風サラダ きのこのスープ グレープフルーツ	魚の味噌焼き 若布の煮物 お芋の団子汁 パイナップル	豆腐のドライカレー ごまもやし 卵スープ メロン			
おやつ	ごまプリン・せんべい	ジョア・せんべい	南瓜まんじゅう・牛乳			

～今月の予定平均栄養摂取量～

	未満児	以上児
エネルギー	484kcal	380kcal
たんぱく質	19.0g	17.3g
脂 肪	16.1g	16.7g



※3歳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