

# 給食予定献立表

横田保育園



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	しらすごはん	ごはん
副食	魚の味噌焼き 生揚げの煮物 かきたま汁 パイナップル	豚肉の柳川風 胡瓜もみ 若布コーンスープ すいか	豆腐とホタテの炒め物 若布の酢の物 茄子の味噌汁 オレンジ	ハワイアンポークソテー シーフードサラダ ベーコンスープ キウイフルーツ	じゃが芋のそぼろ煮 野菜ソテー 南瓜の味噌汁 グレープフルーツ
おやつ	五平餅風・牛乳	ひまわりパイ・牛乳	ずんだプリン・せんべい	オートミールクッキー・牛乳	

7日(月)



8日(火)

9日(水)

10日(木)

11日(金)

12日(土)

未満児主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	<b>山の日</b> 	<b>【手作り弁当の日】</b> 
副食	ピーマンの肉詰め煮 マカロニツナサラダ 五目味噌汁 ミニトマト	あぶたま 冷しゃぶ なめこ汁 メロン	ミートローフ カレー風味サラダ 卵スープ パイナップル	茄子と南瓜の揚げ煮 キャベツのごま豆腐和え コンソメスープ ぶどう		
おやつ	きな粉トースト・牛乳	小倉水ようかん・牛乳	大学芋・牛乳	枝豆・ヤクルト		

14日(月)




15日(火)

16日(水)

17日(木)

18日(金)

19日(土)

未満児主食	<b>【手作り弁当】</b> 	<b>【手作り弁当】</b> 	<b>【手作り弁当】</b> 	ごはん カツオ煮付け 切り干し大根の炒り煮 つくね汁 オレンジ バナナケーキ・牛乳	ごはん 高野豆腐の肉味噌グラタン 若布マヨネーズサラダ コーンとキャベツのスープ すいか ごまプリン・せんべい	ごはん 焼きビーフン ほうれん草とコーンのサラダ しめじの味噌汁 ミニトマト
副食						
おやつ						

21日(月)

22日(火)

23日(水)

24日(木)

25日(金)

26日(土)

未満児主食	ごはん	ごはん	<b>【クッキング】</b> 夏野菜カレー アスパラのサラダ 若布スープ メロン	<b>【お誕生会】</b> 冷し中華 南瓜含め煮 枝豆 すいか アイスクリーム	ごはん レバーのケチャップ和え 三色サラダ きのこのスープ ぶどう ピザトースト・牛乳	ごはん 鶏肉の醤油煮 小松菜と若布の和え物 もやしの味噌汁 オレンジ
副食	れんこんのはさみ焼き 三色ソテー 豆麩の味噌汁 キウイフルーツ	カニ玉 きんぴらごぼう キャベツと油揚げの味噌汁 グレープフルーツ				
おやつ	とうもろこし・飲むヨーグルト	白玉団子黒蜜かけ・牛乳	人参バターケーキ・牛乳			

28日(月)

29日(火)


30日(水)

31日(木)

未満児主食	ごはん	ごはん	ひじきごはん 枝豆入り卵焼き じゃが芋サラダ 高野豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	ごはん 南瓜グラタン 大徳寺和え ささみスープ メロン ジョア・せんべい
副食	ししゃも そうめん風サラダ 豚汁 グレープフルーツ	麻婆豆腐 もやしのナムル はんぺんスープ ミニトマト		
おやつ	からいも団子・牛乳	レモンケーキ・牛乳	ホットドック・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	478kcal	378kcal
たんぱく質	19.3g	18.0g
脂肪	16.7g	17.2g



※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