



給食予定献立表



米崎保育園
3歳以上児

今月の予定平均栄養量

エネルギー：432kcal
たんぱく質：18.5g
脂 肪：18.2g

食事には必ず手を洗いましょう!!

湿度の上昇するこの梅雨の時期は、細菌類の繁殖期でもあります。特に食中毒には気をつけたいものです。予防策として手洗い・うがいから始めましょう。食事の前だけでなく、トイレ後や外から帰宅した際にもよく洗いましょう。
また、お弁当箱やお箸セットもすみずみまで洗い、きれいな布巾で拭くか、よく乾かしてから使いましょう。



1日(土)

親子遠足



副食	親子遠足
おやつ	

3日(月)

4日(火)

5日(水)

6日(木)

7日(金)

8日(土)

副食	かつおの甘露煮 切り干し大根炒り煮 お芋のだんご汁 オレンジ	がんもの含め煮 大徳寺和え 五目味噌汁 キウイフルーツ	あぶたま ごまもやし じゃが芋と青菜の味噌汁 ミニトマト	レバーのケチャップ和え 春雨酢の物 若布コーンスープ グレープフルーツ	ミートローフ スパゲティーサラダ ラーメン入りかきたま汁 オレンジ	鶏ごま煮 ポテトサラダ 牛乳 ミニトマト
おやつ	バナナケーキ・牛乳	あべかわもち・牛乳	きな粉揚げパン・牛乳	ヨーグルトゼリー・せんべい	パイキンとん・牛乳	

10日(月)

11日(火)

12日(水)

13日(木)

14日(金)

15日(土)

副食	ツナとチーズの卵焼き いんげんのサラダ カレー汁 グレープフルーツ	鶏真薯 もやしとピーマンの中華和え キャベツと油揚げの味噌汁 ミニトマト	鯖の味噌煮 ひじき炒り煮 かにぼっとう オレンジ	変わり納豆 南瓜含め煮 豚汁 バナナ	野菜ロールカツ ごま酢キャベツ 茄子の味噌汁 さくらんぼ	はんぺんのチーズ焼き 茄子炒め 牛乳 バナナ
おやつ	ごままんじゅう・牛乳	チーズクッキー・牛乳	フレンチトースト・牛乳	大学芋・牛乳	あじさいヨーグルト・せんべい	

17日(月)

18日(火)

19日(水)

20日(木)

21日(金)

22日(土)

副食	魚の味噌焼き キャベツのごま豆腐和え 高野豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	五目大豆 青菜としめじのお浸し 大根汁 バナナ	ゆで卵ミートソースかけ ジャーマンポテト きのこスープ オレンジ	厚焼き卵 利休和え・煮豆 しめじの味噌汁 さくらんぼ	生姜焼き 切り干しサラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 グレープフルーツ	じゃが芋のそぼろ煮 玉ねぎとベーコンのカレー炒め 牛乳 オレンジ
おやつ	さつま芋入りおもち・牛乳	ずんだだんご・牛乳	レアチーズ・せんべい	人参ゼリー・せんべい	フルーツサンド・牛乳	

24日(月)

25日(火)

26日(水)

27日(木)

28日(金)

29日(土)

副食	麻婆茄子 中華風サラダ 若布スープ ミニトマト	炒り鶏 青菜和え 白菜と人参のみそ汁 キウイフルーツ	魚の竜田揚げ 大根サラダ 味噌けんちん汁 グレープフルーツ	【お誕生会】 ビビンバ カリフラワーのサラダ コンソメスープ さくらんぼ	豆腐ハンバーグ マカロニツナサラダ コーンとキャベツのスープ オレンジ	焼きビーフン コーンサラダ 牛乳 バナナ
おやつ	甘食・牛乳	さつま芋素揚げ・牛乳	米粉パイナップルケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳	ピザトースト・牛乳	

