



# 給食予定献立表



米崎保育園

3歳未満児



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
おやつ	飲むヨーグルト・せんべい	バナナ	牛乳・せんべい	りんごジュース・ビスケット	牛乳・せんべい
主食 副食	ごはん 鶏真薯 若布サラダ もやしの味噌汁 りんご	ごはん ポテトオムレツ 千草和え しめじの味噌汁 ミニトマト	ごはん 魚の夕焼けソース ブロッコリーのごま酢和え 小松菜と油揚げの味噌汁 ぶどう	ごはん 変わり納豆 里芋の煮付 五目味噌汁 バナナ	ごはん 厚揚げの甘辛煮 もやしのナムル 南瓜の味噌汁 オレンジ
おやつ	ごまおこし・牛乳	もちもちポンデドーナツ・牛乳	ヨーグルトゼリー・サブレ	フレンチトースト・牛乳	

7日(月)

8日(火)

9日(水)

10日(木)

11日(金)

12日(土)

おやつ	豆乳・ビスケット	牛乳・せんべい	ヨーグルト	牛乳・せんべい	ヤクルト・サブレ	<b>【手作り弁当の日】</b> 
主食 副食	ごはん 肉じゃが 深山和え 若布の味噌汁 グレープフルーツ	ごはん 豆腐とホタテの炒め物 ピーナッツ和え 白菜と人参の味噌汁 りんご	ごはん 野菜ロールカツ シーザーサラダ はんぺんスープ ミニトマト	ごはん 厚焼き卵 利休和え・煮豆 肉だんごスープ オレンジ	ごはん 鮭のグラタン 切り干し大根の和風サラダ じゃが芋とキャベツの味噌汁 梨	
おやつ	米粉パイナップルケーキ・牛乳	さつま芋素揚げ・牛乳	二層ゼリームース・せんべい	ジャムサンド・牛乳	ジョア・せんべい	

14日(月)

15日(火)

16日(水)

17日(木)

18日(金)

19日(土)

おやつ		牛乳・せんべい	バナナ	りんごジュース・サブレ	豆乳・ビスケット	牛乳・せんべい
主食 副食		ごはん 鶏肉のオニオントマト煮 ごまもやし ラーメン入りかきたま汁 キウイフルーツ	ごはん 豆腐とひじきのつくね マカロニサラダ 豆麩の味噌汁 りんご	ごはん サバ缶のドライカレー めかぶの和え物 吉野汁 ぶどう	ごはん あぶたま 白和え 南瓜といんげんの味噌汁 グレープフルーツ	ごはん はんぺんのチーズ焼き 玉ねぎとベーコンのカレー炒め 若布スープ ミニトマト
おやつ		三色だんご・牛乳	パンナコッタ・せんべい	ココアケーキ・牛乳	ピザトースト・牛乳	

21日(月)

22日(火)

23日(水)

24日(木)

25日(金)

26日(土)

おやつ	牛乳・せんべい	<b>即位礼正殿の儀</b> 	豆乳・サブレ	ヤクルト・せんべい	飲むヨーグルト・ビスケット	牛乳・せんべい
主食 副食	ごはん 炒り豆腐 キャベツの甘酢和え 玉ねぎと若布の味噌汁 オレンジ		ごはん 豚肉の味噌炒め 胡瓜と春雨の和え物 さんまのすり身汁 キウイフルーツ	<b>【お誕生会】</b> スパゲティーミートソース 鶏のから揚げ ポテトサラダ コンソメスープ・ぶどう	ごはん 親子煮 南瓜サラダ かにぼっとう りんご	ごはん 挽肉そぼろ・炒り卵 青菜のお浸し 油揚げの味噌汁 バナナ
おやつ	ホットケーキ・牛乳		フライドポテト・牛乳	ケーキ・牛乳	チーズ入りヨーグルトパン・牛乳	

28日(月)

29日(火)

30日(水)

31日(木)

おやつ	りんごジュース・ビスケット	ヨーグルト	牛乳・サブレ	バナナ
主食 副食	ごはん タンドリーチキン 三色サラダ コーンとキャベツのスープ グレープフルーツ	しめじごはん ツナとチーズの卵焼き りんごサラダ きのこのスープ ミニトマト	ごはん さんまの蒲焼き 切り干し大根の炒り煮 芋の子汁 梨	ごはん 五目大豆 青菜和え 大根汁 りんご 
おやつ	白玉だんご黒蜜かけ・牛乳	いが栗坊や・牛乳	人参ゼリー・せんべい	南瓜のケーキ・牛乳

**今月の予定平均栄養量**

エネルギー：554kcal  
たんぱく質：20.1g  
脂 肪：19.2g

