

平成30年度



# 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：403kcal  
たんぱく質：17.8g  
脂 肪：16.8g

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
副食	ハワイアンポークソテー ツナサラダ ベーコンスープ キウイフルーツ	がんもの含め煮 胡瓜と春雨の和え物 小松菜と油揚げの味噌汁 ミニトマト	<b>憲法記念日</b> 	<b>みどりの日</b> 	<b>こどもの日</b> 
おやつ	フルーツヨーグルト・せんべい	かしわ餅・牛乳			

	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
副食	焼きししゃも 千草和え にらたま汁 バナナ	ピーマンの肉詰め煮 もやしのナムル コンソメスープ いちご	ニラとじゃこの卵焼き 小松菜と若布の和え物 キャベツと油揚げの味噌汁 オレンジ	鶏肉のマリネ コーンサラダ きのこのスープ ミニトマト	エビと豆腐のケチャップ煮 キャベツの甘酢和え じゃが芋と青菜の味噌汁 グレープフルーツ	<b>手作り弁当の日</b> 
おやつ	豆乳ババロア・せんべい	バナナケーキ・牛乳	大学芋・牛乳	ツナサンド・牛乳	しょうゆだんご・牛乳	

	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
副食	タンドリーチキン ジャーマンポテト 卵スープ キウイフルーツ	五目大豆 胡瓜もみ 白菜と人参の味噌汁 オレンジ	豚肉の柳川風 大徳寺和え かぶの味噌汁 ミニトマト	鮭とチーズの春巻き 三色サラダ 凍り豆腐の味噌汁 いちご	ハムピカタ いんげんごま和え カレー汁 バナナ	厚揚げの甘辛煮 青菜のお浸し 牛乳 グレープフルーツ
おやつ	フレンチトースト・牛乳	ごまおこし・牛乳	フライドポテト・牛乳	牛乳寒天・せんべい	白玉だんご黒蜜かけ・牛乳	

	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
副食	豚肉の味噌炒め じゃが芋サラダ はんぺんスープ オレンジ	赤魚の塩焼き 切り干し大根の和風サラダ 五目スープ ミニトマト	豆腐のドライカレー 南瓜サラダ もやしの味噌汁 キウイフルーツ	<b>【お誕生会】</b> 五目ぶかし・ヒレカツ 利休和え・若筍スープ いちご	ひじき卵 大豆サラダ 大根汁 ミニトマト	鶏ごま煮 味噌ドレッシングサラダ 牛乳 バナナ
おやつ	人参バターケーキ・牛乳	まんじゅう・牛乳	もちもちポンデドーナツ	ケーキ・牛乳	ヨーグルトゼリー・せんべい	

	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)
副食	八宝菜 胡瓜の酢味噌和え 花麩のすまし汁 グレープフルーツ	卵グラタン 若布サラダ 南瓜の味噌汁 いちご	ピーマン餃子 中華風サラダ じゃが芋とキャベツの味噌汁 ミニトマト	鯖の味噌煮 七福ナムル 若布スープ オレンジ
おやつ	パインきんとん・牛乳	がんづき・牛乳	杏仁豆腐・せんべい	ブルーベリーサンド・牛乳

**「いただきます」の意味**

「いただきます」は、ただ「食べます」という意味で言うのではなく、さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています。心から感謝して食事を始めましょう。

また、食材を作ったり届けてくれた人、料理を作ってくれた人に対しても感謝の気持ちをもてるよう、料理するところを見せたり、食材に触れる機会をご家庭でも作っていただけたらいいと思います。