



平成28年6月 献立表



日 曜	献立名(共通分)		献立名(未満児加食分)		エネルギー Kcal	タンパク g	脂 質 g	食塩相当 量 g	備考
	副食	間食(PM)	間食(AM)	主食					
1 水	さわらの照り焼き 小松菜としめじの和え物 きゃべつ汁 キウイ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	309	17.5	13.3	1.8	
2 木	五目昆布 野菜入り卵焼き なめこ汁 オレンジ	牛乳 ポテトのチーズ焼き	麦茶 麩菓子	ご飯	323	17.5	14.8	2.2	
3 金	焼きそば ウインナー 牛乳 キウイ	ジョア ビスコ	ぶどうジュース せんべい	焼きそば	500	20.2	22.1	1.3	
4 土	ソフトフランス(ジャム&マーガリン)きのこソテー 牛乳 バナナ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスケット	ソフトフランス(ジャム&マーガリン)	557	16	18.8	2.1	
5 日									
6 月	ハッシュドポーク ちくわ厚揚げ煮 牛乳 オレンジ	ヨーグルト 昆布	リンゴジュース せんべい	ご飯	343	13.5	14.2	2.3	
7 火	チーズハンバーグ 温野菜 かめ汁 キウイ	ヤクルト せんべい	ゼリー	ご飯	315	14.1	9.6	2.3	
8 水	白身魚のタルタルソース 青菜和え 大根汁 メロン	麦茶 フルーツあんみつ	バナナ	ご飯	308	12.7	10.3	0.8	
9 木	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆腐汁 バナナ	牛乳 おやつパン	麦茶 せんべい	ご飯	392	15.7	15.4	1.8	
10 金	照り焼きチキン 中華和え 牛乳 さくらんぼ ジャージャー麺	誕生ケーキ 麦茶 アイス		ジャージャー麺	616	19.1	34.6	2	お誕生会
11 土	甘バターサンド ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	バナナ	麦茶 ビスコ	甘バターサンド	575	19.7	23	1.7	
12 日									
13 月	ひき肉カレー 小女子甘煮 牛乳 オレンジ	ヨーグルト 小魚	果実ジュース せんべい	ご飯	312	12.7	13.2	1.4	
14 火	ポークチャップ グリーンサラダ コーンチャウダー バナナ	ヤクルト せんべい	牛乳プリン	ご飯	428	16.1	17.6	2.2	
15 水	カレイの煮物 ポテトサラダ すまし汁 オレンジ	牛乳 ビスケット	バナナ	ご飯	385	22.9	16.2	2.1	
16 木	肉じゃが 厚焼き卵 なめこ汁 メロン	牛乳 チーズクラッカー	麦茶 せんべい	ご飯	409	18.5	16.9	1.7	
17 金	ナポリタンスパゲッティ レバーの甘辛煮 牛乳 キウイ	野菜生活 ちまき	スポロン せんべい	ナポリタンスパゲッティ	476	21.4	13.4	1.2	ちまき作り
18 土	ソフトフランスピーナツパン ごぼうサラダ 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	麦茶 玉子ボーロ	ソフトフランスピーナツパン	634	19.6	26.8	2.3	
19 日									
20 月	鶏肉のさっぱり煮 三色和え ワンタンスープ メロン	ヨーグルト あたりめ	リンゴジュース せんべい	ご飯	303	19.9	9	1	
21 火	焼肉 アスパラ入りビーフソテー レタスと卵のスープ キウイ	ぶどうジュース せんべい	プリン	ご飯	346	14.6	14.4	1.9	
22 水	焼き魚(鮭) スパゲティサラダ 豆腐汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	345	20.3	14.6	1.1	
23 木	筑前煮 スクランブルエッグ すまし汁 バナナ	牛乳 せんべい	麦茶 ビスケット	ご飯	361	19.5	15	1.5	
24 金	三色そうめん 天ぶら 牛乳 キウイ	ジョア チーズおにぎり	果実ジュース せんべい	三色そうめん	628	22.4	13.2	2	
25 土	カレーライス 小女子の甘煮 牛乳 福神漬 オレンジ	ゼリー せんべい	麦茶 ビスコ	ご飯	341	24.9	27.8	1.8	お話し会
26 日									
27 月	トマトシチュー 竹輪と厚揚げの煮物 牛乳 オレンジ	ヨーグルト 昆布	スポロン せんべい	ご飯	322	13.3	14.7	1.4	
28 火	油淋鶏 シーザーサラダ キャベツ汁 キウイ	牛乳 カップケーキ	ヨーク せんべい		552	17.8	30.5	1.4	
29 水	さばの味噌煮 マセドアンサラダ すまし汁 オレンジ	牛乳 おやつパン	バナナ	ご飯	345	19.4	16.3	1.7	
30 木	親子煮 バンサンスー 大根汁 メロン	ヤクルト せんべい	ヨーグルト	ご飯	315	8.2	4	1.7	

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園