

予定献立表

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	月	お茶,オレンジ	麦ご飯,納豆,厚焼き卵,こふき芋,トマト,しめじの味噌汁	牛乳,しらすトースト	
2	火	お茶,ブルー	夏野菜ミートソーススパゲティ,フレンチサラダ,南瓜とベーコンのスープ	お茶,スナックチャーハン	
3	水	お茶,胡瓜	ごはん,ピーマンとじゃこのふりかけ,肉じゃが,まいたけの味噌汁,バナナ	牛乳,マラーカオ	
4	木	お茶,バナナ	ロールパン,鶏の甘酢あん,コーンスープ	飲むヨーグルト,お麩ボーロ	
5	金	飲むヨーグルト	麦ごはん,鯖の塩焼き,大豆とひじきの炒め煮,小松菜の味噌汁	牛乳,沖縄くずもち	
6	土	お茶,ブルー	スパニッシュライス,彩りサラダ,コンソメスープ	牛乳,シュガーパイ	
7	日				
8	月	お茶,オレンジ	そばろ丼,春雨の酢の物,キャベツの味噌汁	牛乳,セサミトースト	
9	火	お茶,甘辛にぼし	ごはん,豚の生姜焼き,切干大根のサラダ,オレンジ,豆腐の味噌汁	飲むヨーグルト,オーブンポテト	
10	水	お茶,バナナ	十穀飯,かじきの煮魚,キャベツともやしのおひたし,じゃが芋の味噌汁	牛乳,チーズ入りヨーグルトパン	
11	木	お茶,ヨーグルト	ジャージャー麺,ごぼうチップス,にらたまスープ,バナナ	お茶,おやき	
12	金	お茶,ブルー	ご飯,豆腐入り松風焼き,小松菜のナムル,麩とえのきのすまし汁	牛乳,ピザトースト	
13	土	お茶,オレンジ	豚丼,中華きゅうり,野菜スープ	牛乳,マカロニ安倍川	
14	日				
15	月	お茶,オレンジ	ご飯,鶏のはちみつ焼き,野菜の胡麻和え,庄内麩の味噌汁	飲むヨーグルト,しらすのぎつねピザ	
16	火	お茶,ヨーグルト	ごはん,豚のオーロラ焼き,じゃが芋のソテー,玉葱の味噌汁,オレンジ	牛乳,米粉のブラウニー	
17	水	お茶,ブルー	ごはん,鮭の西京焼き,切干大根の煮物,豆腐とほうれん草のすまし汁	お茶,とうもろこし	
18	木	お茶,チーズ	ロールパン,鶏肉と大豆のトマト煮,南瓜のポタージュ	お茶,フルーツポンチ	
19	金	飲むヨーグルト	じゃこご飯,タンタンサラダ,豚汁,バナナ	牛乳,きな粉サンド	
20	土	お茶,ブルー	コーンご飯,じゃが芋とツナの煮物,かき卵汁	牛乳,黒糖蒸しパン	
21	日				
22	月	お茶,オレンジ	ごはん,手作りふりかけ,コーンオムレツ,スティック胡瓜,トマト,花切干の味噌汁	牛乳,ポンデケージョ	
23	火	飲むヨーグルト	カレーライス,五目サラダ,オレンジ,牛乳	お茶,あじさいゼリー,ウエハース	
24	水	お茶,バナナ	ごはん,豚肉のマーマレード焼き,コールスロー,南瓜の味噌汁,メロン	牛乳,煮干しのごまがらめ	
25	木	お茶,ヨーグルト	梅しご飯,若鶏の塩麴焼き,キャベツとツナの昆布和え,生揚げの味噌汁	牛乳,レーズン蒸しパン	
26	金	お茶,ブルー	ロールパン,鱈のフライ,アスパラのソテー,トマト,ハリ風スープ	お茶,焼きおにぎり	
27	土	お茶,クラッカー	メキシカンライス,キャベツとパインのサラダ,中華スープ	牛乳,ラスク	
28	日				
29	月	お茶,甘辛にぼし	マーボー丼,胡瓜とトマトの酢の物,春雨スープ	お茶,冷やしミルクしるこ	
30	火	お茶,ブルー	散らしうどん,じゃが芋の中華和え,ぶどう	お茶,パンナコッタ	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カルウム	食物繊維	
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g	
3才未満児	1日平均	439	20.1	13.2	242	3.2	186	0.32	0.36	32	1.4	724	5.4	
	園目標	456	18.8	12.9	211	2.0	191	0.20	0.28	18	1.4	461	3.2	
3才以上児	1日平均	501	23.1	15.9	235	3.0	205	0.36	0.38	28	1.7	773	5.8	
	園目標	560	23.0	15.9	250	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6	665	3.6	