



6月の献立

H28. 6. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児添加食	おやつ	延長補食	栄養成分		備考
						乳児	幼児	
1・15 29	水	ごはん、小松菜と油揚げの煮だし 照り焼きチキン、玉ねぎの味噌汁、果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 白玉きなこ	豚そぼろにぎり	564, 230 158, 18	579, 235 149, 16	
2・16 30	木	ごはん、あじのパン粉焼き 酢の物、大根と人参の味噌汁、果物	かぼちゃの 甘煮	牛乳 あんぱん	茶めしにぎり	593, 210 149, 20	608, 225 163, 22	
3	金	ごま塩ごはん、肉じゃが 豆腐の味噌汁、果物	かじきの いそげ揚げ	牛乳 のり巻き	ぶどうパン	580, 215 131, 21	588, 208 112, 24	
4 18	土	コーンパン、野菜スープ かじきとポテトのケチャップ煮、果物	スティック チーズ	牛乳 おかめおにぎり	——	553, 230 188, 20	604, 231 178, 20	
6 20	月	ごはん、たらこの香り揚げ おかめ和え、かぼちゃの味噌汁、果物	りんごの コンポート	牛乳 ウインナー入り蒸しパン	ふりかけにぎり	565, 182 171, 18	593, 197 164, 20	
7 21	火	ジャージャー麺、もやしナムル ちくわのたまご汁、果物	煮魚 (おひょう)	牛乳 和風ソナおにぎり	ごま塩にぎり	532, 244 151, 22	557, 220 163, 24	
8 22	水	ごはん、いわしのしょうが煮、果物 きゃべつのごま和え、人参と玉ねぎの味噌汁	さつまいもの 甘煮	牛乳 ジャムロールパン	鯉にぎり	553, 192 147, 23	591, 213 160, 25	
9 23	木	雑穀ごはん、大根と油揚げの味噌汁 かじきの照り焼き、青菜の納豆和え、果物	ジャーマン ポテト	牛乳 和風スパゲティー	塩こんぶおにぎり	549, 221 185, 19	564, 236 148, 22	
10 24	金	ごはん、豚肉のしょうが焼き 茹で野菜、じゃが芋の味噌汁、果物	かき揚げ	牛乳 無添加菓子	チーズサンド	585, 196 195, 15	600, 212 179, 18	
11 25	土	スパゲティーナポリタン、果物 かぼちゃのバター煮、野菜スープ	大根の 甘煮	牛乳 塩こんぶおにぎり	——	534, 159 164, 17	578, 173 188, 21	
13 27	月	ごはん、魚のカレー天ぷら、果物 切干大根の炒め煮、きゃべつの味噌汁	じゃがいもの 甘煮	牛乳 ホットケーキ	ふりかけにぎり	558, 208 146, 16	601, 230 185, 23	
14 28	火	ソフトフランスパン、オクラのスープ 鮭のコーンマヨネーズ焼き、付け合せ、果物	ウインナー ソテー	牛乳 鶏そぼろおにぎり	おかめにぎり	558, 226 199, 21	573, 230 185, 23	
17	金	枝豆ごはん、野菜の肉巻き焼き トマトの和え物、ねぎとわかめの味噌汁、果物	煮豆	牛乳 のり巻き	ぶどうパン	575, 202 132, 20	597, 214 135, 22	4, 5歳 お食事会

延長補食には、上記のほか麦茶が付きます。

* 今月の果物は、りんご、メロンなどのローテーションでだします。

* 6月～が美味しい、旬のいわしを使ったいわしのしょうが煮は新メニューです♪

※6月に入り、少しづつむし暑くなってきました。食中毒も気になる時期ですね。

食事前やトイレ後、帰宅後には、うがい、手洗いを心がけましょう。

