



6がつのこんだてひょう



いかわこどもえん

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび	
	日	日	日	日	日	1日	
午前おやつ	 <p>※4日～7日は歯と口の健康週間です。噛むことを意識した献立になっています。(★印) ※27日(木)は誕生会です。3歳以上児さんはお箸だけ持たせて下さい。 ※都合により献立が変更になる事があります。 ※水筒やパッキンの消毒もよろしくお願いします。</p>				6月の予定栄養摂取量		麦茶・お菓子
お昼					エネルギー 387kcal		ジャムサンド
午後おやつ					たんぱく質 18.4 g		幼児牛乳
夕食のおすすめ					脂質 16.6 g		バナナ
	塩分 1.9 g						
	3日	4日	5日	6日(梅の日)	7日	8日	
午前おやつ	ヨーグルト	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・バナナ	 <p>希望保育 (お弁当&おやつ)</p> 	
お昼	豆腐ともやしのチャンプルー かぼちゃサラダ 味噌汁・バナナ	★炒り鶏 ねばねばサラダ 味噌汁・オレンジ	★コーンと大豆のコロッケ ほうれん草ともやしのおかか和え わかめスープ・パイナップル	かじきの梅焼き じゃがいものほくほく煮 味噌汁・トマト	★和風きんぴらの包み焼き スパゲティサラダ ★すいとん汁・オレンジ		
午後おやつ	牛乳・がんづき	牛乳・★大学芋	ジョア・せんべい	牛乳・★じゃこのりトースト	歯と口の健康週間ゼリー・せんべい		
夕食のおすすめ	焼き魚	焼きそば	チンジャオロース	野菜炒め	かつおの生姜焼き		
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
午前おやつ	ヨーグルト	牛乳・お菓子	豆乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・お菓子	麦茶・お菓子	
お昼	豆腐入り松風焼き チンゲン菜のざっと煮 味噌汁・パイナップル	魚の磯辺焼き もやしのカレーサラダ どさんこ汁・オレンジ	麻婆茄子 蒸し焼売 とろろ汁・グレープフルーツ	ねぎ塩レモンチキン ブロッコリーの和え物 ミネストローネ・バナナ	さばの味噌だれがけ ひじきの煮物 白菜ときのこのスープ・パイナップル	五目ごはん 味噌汁 バナナ	
午後おやつ	牛乳・きな粉サンド	ほうじ茶・味噌おにぎり	牛乳・なべ焼き	ジョア・米粉のマーマレードケーキ	ヨーグルト・せんべい		
夕食のおすすめ	鶏肉の唐揚げ	肉じゃが	煮魚	エビチリ	豚肉とチンゲン菜の炒めもの		
	17日	18日(総練習)	19日	20日	21日	22日	
午前おやつ	ヨーグルト	幼児牛乳	豆乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・バナナ	 <p>運動会</p>	
お昼	厚揚げのそぼろあんかけ 白菜とハムのサラダ 卵スープ・オレンジ	トマトハヤシシチュー 大根サラダ バナナ	焼き魚 金平ごぼう 田舎汁・トマト	鶏のすき焼き風煮 納豆和え 味噌汁・パイナップル	豚肉の生姜やき おくらとキャベツのごま和え さつま汁・グレープフルーツ		
午後おやつ	牛乳・米粉のカップケーキ	ほうじ茶・ゆかりおにぎり	野菜ジュース・チーズボール	牛乳・ココアラスク	ヨーグルト・せんべい		
夕食のおすすめ	魚のカレー焼き	おくらの肉巻き	ハンバーグ	麻婆豆腐	ちくわの磯辺揚げ		
	24日	25日	26日	27日(誕生会)	28日	29日	
午前おやつ	麦茶・お菓子	豆乳・お菓子	ヨーグルト	麦茶・お菓子	麦茶・お菓子	 <p>希望保育 (お弁当&おやつ)</p> 	
お昼	高野豆腐のトマト焼き もやしと胡瓜の酢の物 野菜スープ・オレンジ	鶏肉の塩麴焼き 切干ナポリタン 味噌汁・バナナ	豚肉とキャベツの中華炒め ナムル にらと卵の味噌汁・パイナップル	キッズビビンバ 卵焼き・お麩の味噌汁 ヤクルト	はんぺんのチーズフライ 高野豆腐の煮物 春雨スープ・トマト		
午後おやつ	ジョア・プチクレープ	牛乳・ツナサンド	牛乳・和風スパゲッティー	ピーチゼリー・せんべい	ヨーグルト・ホームパイ		
夕食のおすすめ	カレーライス	三陸磯スープ	油麩の卵とじ	焼きうどん	チキン南蛮		