



令和6年6月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火		水		木		金		土			
<p>※ 6月の魚は「ホキ、あじ、鮭、かれい、さば、さわら、赤魚、ヨシキリザメ」を予定していますが仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。</p> <p>※ ()内の食品は、おやつで使用する食品です。</p> <p>※ 完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除いています。</p> <p>また、揚げ物は焼き物に変更します。</p>						<p>凡例</p> <p>午前 おやつ (乳児)</p> <p>午後 おやつ</p>		<p>給食献立</p> <p>赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類</p> <p>緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類</p> <p>黄色の食品 カや体温となる穀・油脂・砂糖・いも類</p>				<p>I</p> <p>お茶</p> <p>豚丼 バナナ</p> <p>豚肉</p> <p>お茶</p> <p>市販菓子</p> <p>玉ねぎ、白ねぎ、人参、しめじ、バナナ</p> <p>米、糸こんにゃく、三温糖</p>	
<p>3</p> <p>ごはん 鶏の香草焼き じゃこビーマン じゃがいもの大豆ミートソース煮 人参と玉ねぎの味噌汁</p> <p>牛乳 コーンフレーク</p>		<p>4</p> <p>食パン ホキのフライ ポテトサラダ オニオンスープ</p> <p>牛乳 バナナ</p>		<p>5</p> <p>ごはん 赤魚のみぞれ煮 卵の花 キャベツとえのきの味噌汁</p> <p>牛乳 マンナ ビスケット</p>		<p>6</p> <p>ごはん 家常豆腐 チンゲン菜ともやしのナムル 大根と水菜のすまし汁</p> <p>牛乳 オレンジ</p>		<p>7</p> <p>ごはん さわらのとろまヨ焼き にんじんしりしり 春雨とひじきの炒め和え にゅうめん</p> <p>牛乳 さつま芋ス ティック</p>		<p>8</p> <p>ごはん ハヤシライス りんご</p> <p>お茶</p> <p>牛肉</p> <p>お茶</p> <p>市販菓子</p> <p>玉ねぎ、人参、マッシュルーム、にんにく、トマト缶、りんご</p> <p>米、サラダ油、ハヤシルウ</p>			
<p>10</p> <p>ごはん かれいのトマトソースがけ こふきいも 春雨サラダ 野菜スープ</p> <p>牛乳 オレンジ</p>		<p>11</p> <p>野菜たっぷりカレー じゃこのぱりぱりサラダ オレンジ</p> <p>牛乳 ヨーグルト</p>		<p>12</p> <p>ごはん 豚肉のラタトゥイユ きのこのさっぱり和え 小松菜と油揚げの味噌汁</p> <p>牛乳 りんご</p>		<p>13</p> <p>ごはん あじのあずま煮 大根の塩昆布和え 胡麻とおくら 豆腐とわかめの味噌汁</p> <p>牛乳 コーンフレーク</p>		<p>14</p> <p>ごはん 鶏むね肉の ジンジャーソースがけ きんぴらごぼう 大根とわかめの味噌汁</p> <p>牛乳 チーズ</p>		<p>15</p> <p>ごはん カレーライス オレンジ</p> <p>お茶</p> <p>牛肉</p> <p>お茶</p> <p>市販菓子</p> <p>人参、玉ねぎ、にんにく、オレンジ</p> <p>米、サラダ油、サラダ油、カレールウ</p>			
<p>17</p> <p>ごはん 赤魚の煮付け 白菜と厚揚げの煮びたし きのこのみそ汁</p> <p>牛乳 ウエハース</p>		<p>18</p> <p>ごはん 甘酢マヨチキン にんじんバターコーン じゃがいもとひじきのほっこり炒め キャベツと人参の味噌汁</p> <p>牛乳 バナナ チップス</p>		<p>19</p> <p>ごはん さばの塩焼き 昆布の佃煮 かぼちゃのいとこ煮 大根と人参の味噌汁</p> <p>牛乳 りんご</p>		<p>20</p> <p>ごはん 豚肉と野菜のトロっと炒め 冬瓜の大豆そぼろあんかけ お麩としめじの味噌汁</p> <p>牛乳 バナナ</p>		<p>21</p> <p>ごはん ピーチシャークのケチャップ煮 きのこのバター醤油炒め さつまいものレモン蒸し 豆乳スープ</p> <p>牛乳 マンナ ビスケット</p>		<p>22</p> <p>ごはん 牛丼 バナナ</p> <p>お茶</p> <p>牛肉</p> <p>お茶</p> <p>市販菓子</p> <p>玉ねぎ、しめじ、人参、バナナ</p> <p>米、サラダ油、糸こんにゃく、三温糖</p>			
<p>24</p> <p>冷やしうどん 鶏とさつまいもの天ぷら りんご</p> <p>牛乳 コーンフレーク</p>		<p>25</p> <p>ごはん さわらの味噌マヨ焼き ブロッコリーのおかか和え きゅうりとわかめの酢の物 もやしと水菜のすまし汁</p> <p>牛乳 かぼちゃ スティック</p>		<p>26</p> <p>ごはん カラフルチンジャオロース 切干大根のサラダ 中華スープ</p> <p>牛乳 バナナ チップス</p>		<p>27</p> <p>ごはん 鮭の照り焼き 大根の甘酢漬 五目煮豆 厚揚げとえのきの味噌汁</p> <p>牛乳 ウエハース</p>		<p>28</p> <p>タコライス ピーンズサラダ コーンスープ</p> <p>牛乳 オレンジ</p>		<p>29</p> <p>ごはん ポークカレー りんご</p> <p>お茶</p> <p>豚</p> <p>お茶</p> <p>市販菓子</p> <p>玉ねぎ、人参、にんにく、りんご</p> <p>米、じゃが芋、サラダ油、カレールウ</p>			

献立種類	乳児				幼児			
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	406 kcal	16.3 g	14.7 g	56.7 g	501 kcal	20.0 g	17.5 g	70.9 g
目標栄養価	434 kcal	15.5 g	16g	53.7 g	510 kcal	17.0 g	18g	79.0 g