



令和3年 6月

# 給食献立予定表

社会福祉法人南河学園 附属園分保育園

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	7日(月)	8日(火)
ゼリー	ラムネ	カステラ	かりんとう	ブリッツ	おせんべい	野菜スティック
ごはん 豆腐ハンバーグ ナポリタン風 ほうれん草のすまし汁 果物	えんどう豆ごはん 鶏の幽庵焼き ひじきの五目煮 白みそ汁 果物	ごはん 肉団子の甘酢あん キャベツのごま和え あおさのみそ汁 果物	梅じやごごはん 豚肉の鉄火煮 きゅうりの塩昆布和え 豆腐のすまし汁 果物	牛乳 カレーライス 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 手作りコロッケ 大根サラダ ズッキーニのスープ 果物	ごはん さばの煮つけ 小松菜の納豆和え キャベツの豆乳みそ汁 果物
五分づき米 木綿豆腐 たまねぎ 鶏ひき肉 ほうれん草 にんじん ねぎ たまねぎ グリーンピース パセリ ケチャップ ウスターソース みりん 食塩 だしこんぶ しょうゆ 粉チーズ	五分づき米 えんどう豆 ひじき 油揚げ にんじん にんじん にんじん 切干大根 しょうゆ みりん 酒 ゆず汁 かぼ だいこん こまつな にんじん にんじん だしこんぶ 白みそ しょうゆ 果物	五分づき米 豚ミンチ たまねぎ いんげん キャベツ にんじん ごま しょうゆ 三温糖 果物	五分づき米 梅干し ちりめんじゃこ きゅうり にんじん だんご 三温糖 果物	五分づき米 鶏もも肉 じゃがいも ごぼう ピーマン 米油 しょうゆ 三温糖 果物	五分づき米 だいこん きゅうり にんじん かつお節 たまねぎ コーン 小麦粉 パン粉 米油 果物	五分づき米 こまつな いんげん 納豆 しょうゆ みりん 三温糖 果物
レーズン、ビスケット	手作り補助煮	プチゼリー、ブリッツ	手作りピザトースト	クッキー	手作りきなこだんご	バナナチップ、クッキー

9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	14日(月)	15日(火)	16日(水)
かりんとう	あられ	クラッカー	ポーロ	ひじきスティック	あられ	プリン
すき焼き丼 いんげんのごま和え 果物	ゆかりごはん 大豆の岩石揚げ おかかサラダ 五色汁 果物	ごはん 鮭のみぞあんかけ 切干大根ときゅうりの 土佐酢和え 小松菜のすまし汁 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 梅風味からあげ 夏野菜サラダ なすのみそ汁 果物	ごはん 白身魚の エスカベージュ キャベツのおかか和え わかめと豆腐のすまし汁 果物	ごはん 豆腐チャンプルー カニ棒の中華和え ワンダンスープ 果物
五分づき米 しょうゆ 牛肉 卵 はくさい 焼き豆腐 ほうれん草 にんじん しらたき しいたけ	五分づき米 ふりかけ 水巻大豆 かぼちゃ ちりめんじゃこ ひじき 小麦粉 食塩 果物	五分づき米 さけ 食塩 切干大根 きゅうり にんじん 三温糖 しょうゆ かつお節	五分づき米 しょうゆ 卵 鶏肉 たまねぎ ごま にんじん 干しいたけ	五分づき米 かぼちゃ ブロッコリー しょうゆ にんじん みりん にんにく しょうが うめ干し 片栗粉 米油 果物	五分づき米 白身魚 片栗粉 にんじん 米油 トマト たまねぎ しょうゆ 三温糖 果物	五分づき米 木綿豆腐 わかめ にんじん にんじん にんじん だしこんぶ しょうゆ みりん 果物
おせんべい、炒り大豆、小魚	手作りお好み焼き	手作りポテトチップス	おせんべい	手作りわらびもち	ブルー、クラッカー	枝豆、おせんべい



令和3年 6月

# 給食献立予定表

社会福祉法人南河学園 附属園分保育園

17日(木)	18日(金)	19日(土)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
ポーロ	ブリッツ	あられ	バナナチップ	ヨーグルト	おせんべい	カステラ
たきこみごはん つくねごま焼き きゅうりのおかか和え ほうれん草のみそ汁 果物	ポークカレー 福神漬 ごぼうサラダ 果物	牛乳 焼きそば 炒り大豆、小魚 果物	担々麺風ラーメン ペイロジヤが 華風和え 果物	ごはん 豆腐のグラタン ごまサラダ きのこのスープ 果物	ごはん あじのフライ 野菜サラダ ポパイスープ 果物	枝豆ごはん なすと豚肉のみそ炒め ブロッコリーのごま和え 五目汁 果物
五分づき米 鶏ミンチ 油揚げ にんじん 干しいたけ きぬさや しょうゆ みりん 酒 だしこんぶ だしじゃこ 果物	五分づき米 鶏もも肉 たまねぎ じゃがいも かぼちゃ ちりめんじゃこ ひじき 小麦粉 食塩 果物	ゆで中華麺 豚ミンチ 鶏肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん	ゆで中華麺 豚ミンチ にんにく ごま にんじん ごま油 三温糖 しょうゆ みりん ねぎ ごま 三温糖 小麦粉 おろし みりん	五分づき米 木綿豆腐 金揚げミンチ ほうれん草 もやし かに コーン ごぼう しょうゆ 三温糖 食塩 果物	五分づき米 わかめ キャベツ 小豆粉 卵 パン粉 米油 トマト	五分づき米 豚もも肉 なす たまねぎ ピーマン ゴーヤ にんじん ごま しょうゆ 三温糖 酒 しょうゆ
かりんとう、炒り大豆、小魚	手作りフルーチェ	ビスケット	手作り和風ごまケーキ	するめ、あられ	手作りみそ焼きおにぎり	おかき、炒り大豆、小魚

25日(金)	26日(土)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	☆6月の1日あたりの平均栄養価	
あられ	ウエハース	ラムネ	クラッカー	ウエハース	乳児	幼児
ごはん いわしのかば焼き ゆでとうもろこし 粉高野の煮つけ じゃがいものみそ汁 果物	牛乳 他人丼 炒り大豆、小魚 果物	ごはん 鶏のやわらか照りつけ キャベツの甘酢和え オクラのみそ汁 果物	ごはん 旬野菜のキッシュ きゅうりのごまマヨ和え コンソメスープ 果物	ごはん カレイの磯辺揚げ ひじきとお豆のサラダ 大根のみそ汁 果物	エネルギー 487kcal	582kcal
五分づき米 いわし 三温糖 みりん とうもろこし 食塩	五分づき米 しょうゆ 卵 牛肉 たまねぎ ほうれん草 にんじん 油揚げ	五分づき米 鶏もも肉 三温糖 酒 キャベツ いんげん にんじん 高野豆腐 三温糖 しょうゆ コーン	五分づき米 バター ケチャップ 卵 トマト なす ズッキーニ ウインナー ピーマン たまねぎ コンソメ チーズ 牛乳	五分づき米 ひじき だいこん キャベツ たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ しょうゆ だしこんぶ だしじゃこ みりん	たんぱく質 20.0g	23.8g
ミルクパン	おせんべい	手作りおかかおにぎり	バナナチップ、ブリッツ	おせんべい、炒り大豆、小魚	脂質 15.4g	17.2g
					カルシウム 297mg	318mg
					鉄 2.3mg	2.9g
					食物繊維 3.8g	4.8g
					食塩 1.6g	2.0g
					※1日の必要栄養量の50%(乳児)、45%(幼児)を目標としています。	