

令和 6年 6 月 献 立 表

みずはし保育園

日	曜	献 立 名					飲み物		PMおやつ		エネルギー (kcal)		蛋白質 (g)		脂質 (g)	
		3歳未満児のみ AMおやつ	主 食	副 食			PMおやつ	PMおやつ	未満時	以上児	未満時	以上児	未満時	以上児		
				未	上	未			上	未	上					
1	土	クラッカー	他人丼	サラダ スープ	フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	417	442	18.8	19.8	7.7	8.1			
3	月	味しらべ	ごはん	回鍋肉 スープ	ポテトサラダ みかん缶	牛乳	お麩のラスク 麦茶	478	493	16.5	18.6	16.2	18.7			
4	火	かっぱえびせん	食パン	チキンナゲット ミネストローネ	フロッキーのチーズサラダ ゼリー	牛乳	おにぎり 麦茶	466	562	17.2	19.0	12.6	14.4			
5	水	ハーベスト	豚丼	スパゲッティサラダ みそ汁	オレンジ	牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	443	511	19.3	22.8	14.6	17.7			
6	木	せんべい	ごはん	松風焼き すまし汁	青菜のツナ和え パイン缶	牛乳	ココア蒸しケーキ 麦茶	559	577	18.1	20.3	20.4	22.5			
7	金	ベジたべる	ごはん	魚のごまだれ焼き みそ汁	いりどり グレープフルーツ	牛乳	マカロニのあべかわ 麦茶	498	537	20.1	21.6	14.1	14.6			
8	土	クラッカー	メンチカツ丼	和え物 スープ	フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	494	542	24.6	27.9	12.0	13.9			
10	月	白い風船	わかめ御飯	鶏肉の唐揚げ みそ汁	卵とフロッキーのサラダ 黄桃缶	牛乳	フルーチェ 麦茶	494	563	15.6	18.7	18.2	21.1			
11	火	味しらべ	きつねうどん	肉団子煮	ゼリー	牛乳	おにぎり 麦茶	463	500	15.8	20.3	13.0	16.1			
12	水	サッポロポテト	麻婆丼	ひじきサラダ スープ	オレンジ	牛乳	クッキー 麦茶	512	565	16.9	21.9	16.8	19.2			
13	木	ハーベスト	ごはん	挽肉の鉄板焼き スープ	春雨サラダ みかん缶	牛乳	お好み焼き 麦茶	469	506	20.3	23.7	16.3	17.0			
14	金	せんべい	家庭弁当の日			牛乳	バウムクーヘン 麦茶									
15	土	クラッカー	チキンカレー	サラダ スープ	フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	481	516	18.4	20.0	11.6	12.3			
17	月	かっぱえびせん	ごはん	和風ハンバーグ みそ汁	マカロニサラダ パイン缶	牛乳	大学いも 麦茶	521	583	14.3	17.7	19.9	22.1			
18	火	ハーベスト	ごはん	親子煮 みそ汁	もやしのおかか和え グレープフルーツ	牛乳	アイスクリーム 麦茶	584	634	18.9	18.3	20.3	23.6			
19	水	せんべい	ハヤシライス	れんこんサラダ スープ	ゼリー	牛乳	クリームサンド 麦茶	462	513	18.3	21.3	14.6	20.2			
20	木	ベジたべる	冷やし中華	花野菜サラダ	バナナ	牛乳	ラスク 麦茶	501	568	16.1	18.6	14.5	17.7			
21	金	白い風船	食パン	オムレツ ビルマ汁	ツナサラダ ゼリー	牛乳	ライスピザ 麦茶	426	458	14.2	16.2	11.9	17.3			
22	土	クラッカー	ごはん	手作りハンバーグ スープ	サラダ フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	522	588	22.8	25.7	14.5	17.1			
24	月	味しらべ	ごはん	鶏肉のマッシュポテト焼き スープ	切り干し大根のサラダ オレンジ	牛乳	ロールケーキ 麦茶	528	535	17.9	19.1	22.7	24.3			
25	火	サッポロポテト	ごはん	魚のパン粉焼き みそ汁	海藻サラダ 黄桃缶	牛乳	揚げパン風 麦茶	539	559	21.1	21.6	22.6	22.7			
26	水	ハーベスト	ビビンバ丼	ビーンズサラダ スープ	ゼリー	牛乳	チーズトースト 麦茶	550	615	21.1	22.7	16.7	20.5			
27	木	せんべい	焼きそば	青じそ和え スープ	バナナ	牛乳	おにぎり 麦茶	506	533	16.1	18.1	11.0	14.8			
28	金	かっぱえびせん	カレーライス	ごぼうサラダ スープ	ゼリー	牛乳	ドーナツ 麦茶	538	555	15.4	16.6	20.7	20.7			
29	土	クラッカー	肉みそ丼	サラダ スープ	フルーツ	牛乳	お楽しみ菓子 牛乳	534	541	20.6	22.1	14.4	16.1			



裏面は「給食だより」です。食育、地産地消
...
どうぞご覧ください。