



行事	未満児午前の間食	主食	献立	午後の間食
1(水)		ごはん	手作りさつま揚げ 切干大根のゴマネーズ和え すまし汁(ふかし・みつば)	お茶 氷室饅頭
2(木)	未広屋内プール教室(5歳児) 10:00~11:00	わかめ ごはん	江戸っ子煮 ビーフンサラダ トマト	牛乳 ビスケット
3(金)	午睡布団持ち帰り	ごはん	魚のかば焼き 白菜の昆布和え 豚汁	牛乳 ピザトースト*
4(土)			サンドイッチ ヨーグルト	
5(日)				
6(月)		ごはん	ハンバーグ 小松菜のツナ和え 味噌汁(じゃがいも)	牛乳 クラッカー
7(火)	七夕の集い・誕生会	そうめん	七夕そうめん 鶏肉の唐揚げ コールスローサラダ	牛乳 クレープ
8(水)		ごはん	豚肉と大豆の磯煮 じゃこときゅうりの梅ドレッシング和え パナナ	お茶 トマトお好み焼き*
9(木)	未広屋外プールちゃっふる (5歳児)9:30~11:00 びよびよランド(ポプラの家)	ごはん	魚の竜田揚げ オクラの納豆和え 味噌汁(なす・玉ねぎ)	牛乳 黒糖蒸しパン*
10(金)		ごはん	ミネストローネ かみかみサラダ りんご	ヨーグルト ビスコ(以上児)
11(土)			サンドイッチ ヨーグルト	
12(日)				
13(月)		食パン	かぼちゃのシチュー トマトとバジルのサラダ パナナ	お茶 鶏味噌おにぎり*
14(火)	未広屋外プールちゃっふる (3,4歳児)9:30~11:00	ごはん	鮭フライ(タルタルソース) ブロッコリーのサラダ 味噌汁(冬瓜)	牛乳 バームクーヘン
15(水)		ごはん	なす味噌炒め 切干サラダ 味噌汁(キャベツ・厚揚げ)	牛乳 揚げパン*
16(木)		ごはん	チキンカツ マカロニサラダ きのコスープ	牛乳 ビスケット
17(金)	身体測定 午睡布団持ち帰り	カレー ライス	トマトカレー ちりじゃこサラダ りんご	牛乳 せんべい
18(土)			サンドイッチ ヨーグルト	
19(日)				
20(月)	海の日			
21(火)		ごはん	マーボー豆腐 蒸しシュウマイ ひじきナムル	牛乳 クラッカー
22(水)		ごはん	なすと鶏肉の南蛮漬け ブロッコリーと卵のサラダ 味噌汁(白菜)	牛乳 せんべい
23(木)	びよびよランド(園開放)	ごはん	チンジャオロース 冬瓜スープ トマト	牛乳 チュロス*
24(金)	午睡布団持ち帰り 夏祭り給食	わかめ ごはん	わかめおにぎり 鶏の唐揚げ 焼きそば ポテトフライ とうもろこし きゅうりの1本漬け	かき氷*(以上児) アイスクリーム(未満児)
25(土)	夏祭り17:00~19:00			
26(日)				
27(月)		ごはん	親子煮 揚げ大豆の小魚がらめ(以上児) 甘辛肉団子(未満児) きゅうりの昆布和え	牛乳 クラッカー
28(火)		ごはん	鶏肉のねぎソースがけ ポテトサラダ 味噌汁(生揚げ・キャベツ)	ジョア ビスケット
29(水)		ゆかり ごはん	豆腐チャンプルー 春雨スープ すいか	牛乳 キャロットケーキ*
30(木)		ごはん	魚の唐揚げあんかけ 小松菜のお浸し 味噌汁(大根・人参)	フルーツポンチ*
31(金)	午睡布団持ち帰り	ごはん	かぼちゃとなすのミートソースがけ ほうれん草のソテー キャベツのスープ	牛乳 せんべい

\* 手作りおやつ

この色の日は、園でスプーンを用意します。7日の誕生会はそうめんなので、お箸を持ってきてください。

以上児栄養目標量	エネルギー431kcal	たんぱく質13.3~23.8	脂質12.4~19.6	食塩1.6未満
今月の以上児平均栄養目標量	エネルギー395kcal	たんぱく質18.7	脂質19.3	食塩1.6
未満児栄養目標量	エネルギー498kcal	たんぱく質16.2~24.9	脂質11.1~16.6	食塩1.5未満
今月の未満児平均栄養目標量	エネルギー478kcal	たんぱく質17.8	脂質15.9	食塩1.4

