




	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日																									
	1		2		3		4		5		6																									
昼食	とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、りんご		ご飯、たらこのピザ風焼き、ちくわと青菜のさっと煮、けんちん汁、バナナ		ご飯、納豆ボール、もやし中華風和え物、切り干し大根のみそ汁、オレンジ		ピピンバ、切干大根と小松菜のソテー、えのきのみそ汁、バナナ		ご飯、鮭の竜田揚げ、ひじきとじゃが芋の炒り煮、豆腐みそ汁（なめこ）、キウイフルーツ																											
8		9		10		11		12		13																										
昼食	マーボー丼、もやしのナムル、はるさめと海苔のスープ、キウイフルーツ		ご飯、ぶりと野菜の煮物、小松菜とコーンのごま和え、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ		三色そばろ丼、はるさめサラダ、中華スープ、りんご		ご飯、さけのピザ風焼き、スイートポテトサラダ、コンソメスープ、バナナ		カレーライス、わかめスープ、もも缶																											
15		16		17		18		19		20																										
昼食	どうもろこしご飯、お好み焼きボール、コンソメポテト、キャベツの豆乳スープ、オレンジ		ご飯、さばのみそ煮、にんじんしりしり、豆腐のすまし汁、バナナ		鶏丼、豆腐のごまネーズ、わかめのみそ汁、オレンジ		ちゃんぽんラーメン、粉ふき芋（青のり）、グレープフルーツ		かにがまどアスパラピラフ、焼きカレーコロッケ、豆腐ドレッシングのコールスロー、なすのおかか煮、もやしときのこのすまし汁、オレンジ																											
22		23		24		25		26		27																										
昼食	御飯、厚揚げのそばろ煮、きゅうりともやしの酢の物、じゃがいものみそ汁、オレンジ		わかめご飯、鮭の西京焼き、さつまいもと昆布の煮物、小松菜のすまし汁、りんご		ご飯、ミートローフ、パイクドじゃが、きのこオクラのスープ、バナナ		イチゴジャムパン、豆腐ハンバーグ、マカロニサラダ、コーンスープ、バナナ		ご飯、豚肉のトマテリ、ブロッコリーとツナのサラダ、白菜のすまし汁、キウイフルーツ																											
29		30	<p>「梅雨」の季節になりました。この時期は木々やお花などの植物が、とっても元気になる時期です。皆さんもご飯をしっかりと食べて、元気なからだをつくっていきましょう！</p> <p>【今月の食育メニューについて】 今月の食育レシピは、カレーコロッケとコールスローを提供予定です。 コロッケには「魔法の粉」として高野豆腐をまぶし、みんなの骨がもっと丈夫になるように工夫しました。 コールスローのドレッシングには豆腐を加え、仕上げています。食育メニューお楽しみに！！</p>																																	
昼食	ご飯、松風焼き・豆腐いり、ほうれん草の納豆和え、中華スープ、グレープフルーツ		だいこんのそばろ丼、はるさめサラダ、中華スープ(チンゲン菜・えのき)、りんご																																	
<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <p>☆6/19は食育の日です。</p>																																				
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>I補キ - kcal</th> <th>タンパク g</th> <th>脂質 g</th> <th>加鈣M mg</th> <th>食塩 g</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3才未満児</td> <td>450</td> <td>18.2</td> <td>15</td> <td>243</td> <td>1.3</td> </tr> <tr> <td>目標量</td> <td>462</td> <td>18.5</td> <td>12.8</td> <td>212</td> <td>1.4</td> </tr> <tr> <td>充足率(%)</td> <td>97</td> <td>98</td> <td>117</td> <td>115</td> <td>93</td> </tr> </tbody> </table>														I補キ - kcal	タンパク g	脂質 g	加鈣M mg	食塩 g	3才未満児	450	18.2	15	243	1.3	目標量	462	18.5	12.8	212	1.4	充足率(%)	97	98	117	115	93
	I補キ - kcal	タンパク g	脂質 g	加鈣M mg	食塩 g																															
3才未満児	450	18.2	15	243	1.3																															
目標量	462	18.5	12.8	212	1.4																															
充足率(%)	97	98	117	115	93																															







	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	1		2		3		4		5		6	
昼食	とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、りんご		ご飯、たらのピザ風焼き、ちくわと青菜のさっと煮、けんちん汁、バナナ		軟飯、納豆ボール、もやし中華風和え物、切り干し大根のみそ汁、オレンジ		ピビンバ(軟飯)、切干大根と小松菜のソテー、えのきのみそ汁、バナナ		軟飯、鮭の竜田揚げ、ひじきとじゃが芋の炒り煮、豆腐みそ汁(なめこ)、キウイフルーツ			
8			9		10		11		12		13	
昼食	マーボー丼(軟飯)、もやしナムル、はるさめと海苔のスープ、キウイフルーツ		軟飯、ぶりと野菜の煮物、小松菜とコーンのごま和え、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ		三色そばろ丼(軟飯)、はるさめサラダ、中華スープ、りんご		軟飯、さけのピザ風焼き、スイートポテトサラダ、コンソメスープ、バナナ		カレーライス(軟飯)、わかめスープ、バナナ			
15			16		17		18		19		20	
昼食	どうもろこしご飯(軟飯)、お好み焼きボール、コンソメポテト、キャベツの豆乳スープ、オレンジ		軟飯、さばのみそ煮、にんじんしりしり、豆腐のすまし汁、バナナ		お麩入り鶏丼(軟飯)、豆腐のごまネーズ、わかめのみそ汁、オレンジ		ちゃんぽんラーメン、粉ふき芋(青のり)、グレープフルーツ		全粥、鶏肉とブロッコリーのみそ煮、にんじんと豆腐のおやき、じゃがいもとしめじのスープ			
22			23		24		25		26		27	
昼食	軟飯、厚揚げのそぼろ煮、きゅうりともやしの酢の物、じゃがいものみそ汁、オレンジ		わかめご飯(軟飯)、鮭の西京焼き、さつまいもと昆布の煮物、小松菜のすまし汁、りんご		軟飯、ミートローフ、バイクドジャガ、きのこオクラのスープ、バナナ		イチゴジャムパン、豆腐ハンバーグ、マカロニサラダ、コーンスープ、バナナ		軟飯、豚肉のトマトリ、ブロッコリーとツナのサラダ、白菜のすまし汁、キウイフルーツ			
29			30									
昼食	軟飯、松風焼き・豆腐いり、ほうれん草の納豆和え、中華スープ、グレープフルーツ		三色そばろ丼(軟飯)、はるさめサラダ、中華スープ(チンゲン菜・えのき)、りんご									
												
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>「梅雨」の季節になりました。この時期は木々やお花などの植物が、とっても元気になる時期です。皆さんもご飯をしっかり食べて、元気なからだをつくっていきましょう！</p> <p>【今月の食育メニューについて】 今月の食育レシピは、カレーコロッケとコールスローを提供予定です。コロッケには「魔法の粉」として高野豆腐をまぶし、みんなの骨がもっと丈夫になるように工夫しました。コールスローのドレッシングには豆腐を加え、仕上げています。食育メニューお楽しみに！！</p> </div>												
<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <p>☆6/19は食育の日です。</p>												
												



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	1		2		3		4		5		6	
昼食	とん汁うどん、ツナじゃが、りんご、ミルク		全粥、タラのみそ煮、けんちん汁、バナナ、ミルク		全粥、スタミナ納豆、切り干し大根のみそ汁、オレンジ、ミルク		全粥、じゃが芋と鶏肉の煮物、凍り豆腐とほうれん草のみそ汁、バナナ、ミルク		全粥、さけのしょうゆ煮、さつま芋のみそ汁、バナナ、ミルク			
8		9		10		11		12		13		
昼食	全粥、マーボー豆腐、はるさめスープ、オレンジ、ミルク		全粥、さけと野菜の煮物、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ、ミルク		全粥、そばろ煮、豆腐のスープ、りんご、ミルク		全粥、さけのしょうゆ煮、青菜のすまし汁、バナナ、ミルク		しらすの雑炊、彩り野菜の汁椀、バナナ			
15		16		17		18		19		20		
昼食	とうもろこし粥(全粥)、豆腐としらすの煮物、豆乳スープ、オレンジ、ミルク		全粥、さけのおろし煮、玉ねぎのみそ汁、バナナ、ミルク		全粥、鶏のそばろ煮、白和え、わかめのみそ汁、オレンジ、ミルク		ちゃんぽんうどん、じゃが芋のだし煮、バナナ		全粥、鶏肉とブロッコリーのみそ煮、にんじんと豆腐のおやき、じゃがいもとしめじのスープ			
22		23		24		25		26		27		
昼食	全粥、豆腐と野菜の煮物、じゃがいものみそ汁、オレンジ、ミルク		全粥、鮭の西京焼き、さつま芋のスープ、りんご、ミルク		全粥、豆腐のあんかけ、じゃがいものスープ、バナナ、ミルク		食パン、豆腐ハンバーグ、コーンスープ、バナナ、ミルク		全粥、豚肉といんげんのとろみ煮、白菜のすまし汁、りんご、ミルク			
29		30				<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px;"> <p>「梅雨」の季節になりました。この時期は木々やお花などの植物が、とっても元気になる時期です。ご飯をしっかり食べて、元気なからだをつくっていきましょう！</p> <p>【今月の食育メニューについて】</p> <p>今日の食育レシピは、カレーブロックとコールスローを提供予定です。カレーブロックは「魔法の粉」として高野豆腐をまぶし、みんなの骨がもっと丈夫になるように工夫しました。コールスローのドレッシングには豆腐を加え、仕上げています。食育メニューお楽しみ吧！</p> </div>						
昼食	全粥、松風焼き・豆腐いり、ほうれん草の納豆和え、すまし汁、バナナ、ミルク		全粥、そばろ煮、豆腐のスープ、ミルク、りんご									
<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <p>☆6/19は食育の日です。</p>												

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
1		2		3		4		5		6	
昼食	野菜うどん、かぼちゃ煮、オレンジ	7倍粥、さけのだし煮、青菜のすまし汁、りんご	7倍粥、鶏肉と野菜煮、凍り豆腐のすまし汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、鶏じゃが、人参スープ、りんご、ミルク	7倍粥、ツナと野菜のトロミ煮、ブロッコリーのスープ、オレンジ						
8		9		10		11		12		13	
昼食	7倍粥、鶏ひき肉の野菜煮、りんご、ミルク	7倍粥、さけ煮、野菜のすまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、納豆、たまねぎのすまし汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、鶏ひき肉の野菜煮、里芋のスープ、オレンジ、ミルク	7倍粥、さけ煮、さつまいものすまし汁、りんご、ミルク						
15		16		17		18		19		20	
昼食	7倍粥、ポトフ、わかめのすまし汁、りんご、ミルク	7分粥、さけのみそ煮、たまねぎスープ、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏のそぼろ煮、すまし汁、オレンジ、ミルク	ちゃんぽんうどん、じゃがいものだし煮、バナナ、ミルク	7倍粥、ふんわりお豆腐つくね、豆腐のすまし汁、りんご、ミルク						
22		23		24		25		26		27	
昼食	7倍粥、豆腐と野菜の煮物、じゃがいものすまし汁、オレンジ、ミルク	7倍粥、豆腐のあんかけ、じゃがいものスープ、バナナ、ミルク	7倍粥、鮭のだし煮、さつまいものスープ、りんご、ミルク	パン粥、豆腐とささみのだし煮、豆乳スープ、バナナ、ミルク	7倍粥、豚肉のトロミ煮、にんじんと白菜のすまし汁、りんご、ミルク						
29		30		 <p>「梅雨」の季節になりました。この時期は木々やお花などの植物が、とっても元気になる時期です。皆さんもご飯をしっかり食べて、元気なからだをつくっていきましょう！</p> <p>【今月の食育メニューについて】 今月の食育レシピは、カレーコロッケとコールスローを提供予定です。コロッケには「魔法の粉」として高野豆腐をまぶし、みんなの骨がもっと丈夫になるように工夫しました。コールスローのドレッシングには豆腐を加え、仕上げています。食育メニューお楽しみに！！</p>							
昼食	7倍粥、松風焼き・豆腐いり、ほうれん草の納豆和え、すまし汁、バナナ、ミルク	7倍粥、鶏のそぼろ煮、すまし汁、オレンジ、ミルク									
<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <p>☆6/19は食育の日です。</p>											
											



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
	1		2		3		4		5		6			
昼食	とん汁うどん、かぼちゃの甘煮、りんご		ご飯、たらのピザ風焼き、ちくわと青菜のさっと煮、けんちん汁、バナナ		ご飯、納豆ボール、もやしの中華風和え物、切り干し大根のみそ汁、オレンジ		ピビンバ、切干大根と小松菜のソテー、えのきのみそ汁、バナナ		ご飯、鮭の竜田揚げ、ひじきとじゃが芋の炒り煮、豆腐みそ汁(なめこ)、キウイフルーツ					
8			9			10			11			12		
昼食	マーボー丼、もやしのナムル、はるさめと海苔のスープ、キウイフルーツ		ご飯、ぶりと野菜の煮物、小松菜とコーンのごま和え、さつまいもとしめじのみそ汁、バナナ		三色そばろ丼、はるさめサラダ、中華スープ、りんご		ご飯、さけのピザ風焼き、スイートポテトサラダ、コンソメスープ、バナナ		どうもろこしご飯、お好み焼きボール、コンソメポテト、キャベツの豆乳スープ、オレンジ					
15			16			17			18			19		
昼食	カレーライス、切り干し大根のサラダ、わかめスープ、りんご		ご飯、さばのみそ煮、にんじんしりしり、豆腐のすまし汁、バナナ		お麩入り鶏丼、豆腐のごまネーズ、わかめのみそ汁、オレンジ		ちゃんぽんラーメン、粉ふき芋(青のり)、グレープフルーツ		かにかまどアスパラピラフ、焼きカレーコロッケ、豆腐ドレッシングのコールスロー、なすのおかか煮、					
22			23			24			25			26		
昼食	御飯、厚揚げのそぼろ煮、きゅうりともやしの酢の物、じゃがいものみそ汁、オレンジ		わかめご飯、鮭の西京焼き、さつまいもと昆布の煮物、小松菜のすまし汁、りんご		ご飯、ミートソース、ベイクドじゃが、きのこオクラのスープ、バナナ		イチゴジャムパン、豆腐ハンバーグ、マカロニサラダ、コーンスープ、バナナ		ご飯、豚肉のトマトリ、フロッコリーとツナのサラダ、白菜のすまし汁、キウイフルーツ					
29			30					<p>「梅雨」の季節になりました。この時期は木々やお花などの植物が、とっても元気になる時期です。皆さんもご飯をしっかり食べて、元気なからだをつくっていきましょう！</p> <p>[今月の食育メニューについて] 今月の食育レシピは、カレーコロッケとコールスローを提供予定です。コロッケには「魔法の粉」として高野豆腐をまぶし、みんなの骨がもっと丈夫になるように工夫しました。コールスローのドレッシングには豆腐を加え、仕上げています。食育メニューお楽しみに！！</p>						
昼食	ご飯、松風焼き・豆腐いり、ほうれん草の納豆和え、中華スープ、グレープフルーツ		だいこんのそぼろ丼、はるさめサラダ、中華スープ(チンゲン菜・えのき)、りんご											
<p>☆発注や園の行事などの関係で献立が変更になる場合がございますので、ご了承ください。</p> <p>☆6/19は食育の日です。</p>														