



目標：よく噛んで食べよう
6月テーマ野菜【新じゃが芋】



※乳児は、午前おやつが出ます。
※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分のカロリーです。乳児は8割で計算しています。
また、これは目安であり個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつ分のカロリー基準：547kcal

日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
予定			野菜の日	歯科健診（全園児）	カミカミランチ	
昼食			<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豆腐チャンプルー 胡瓜と人参の胡麻酢和え 新じゃがと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏とたまごのさっぱり煮 小松菜とじゃこのかみかみ和え スナップエンドウとしめじの味噌汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> 桜えびご飯 鰹のサクサクフライ 切干大根のハリハリサラダ 根菜コロコロ汁 夏みかんヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜炒め丼 キャベツの海苔和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ			<ul style="list-style-type: none"> ポテトコロッケ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉とコーンの炊き込みご飯 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> しらすとチーズのトースト ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> チーズおかかおにぎり 牛乳
kcal			568	532	658	586
日	6	7	8	9	10	11
予定		身体測定	テーマ野菜の日			
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏肉と新じゃがの甘辛炒め キャベツと大根のさっぱり和え 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> きのことツナの和風スパゲッティー チーズとコロコロ野菜のサラダ 大根と三つ葉の和風スープ フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 肉じゃが ほうれん草とえのきの納豆和え 茄子と油揚げの味噌汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> 雑穀ご飯 豚肉の塩麴ソテー マカロニサラダ オクラときこのすまし汁 グレープフルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の塩焼き スティック金平ごぼう 小松菜と厚揚げの味噌汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 炒り豆腐 ほうれん草と人参のおかか和え かぶとしめじの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> きな粉マフィン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 桜えびとレタスのサクサク炒飯 ずるめ 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> チーズ入りじゃが芋もち 小魚 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> バナナコッタ ウエハース 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> カレーピラフ ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ツナおにぎり 牛乳
kcal	13	565	505	551	647	584
日	13	14	15	16	17	18
予定		0歳児健診	避難訓練・野菜の日	誕生日会		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 かじきの味噌焼き 胡瓜と若布の酢の物 小町麩のすまし汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> エビたっぷりカレーライス みかん入りフレンチサラダ ウィンナーときこのスープ メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豆腐チャンプルー 胡瓜と人参の胡麻酢和え 新じゃがと絹さやの味噌汁 フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> バターロール チキンピカタ マッシュポテト カラフル野菜のマリネサラダ ヴィシソワーズ 紫陽花ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鰹のサクサクフライ 切干大根のハリハリサラダ 根菜コロコロ汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜炒め丼 キャベツの海苔和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> 梅としらすの麦おにぎり ほりほりごぼう 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> オクラとささ身の素麺 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ポテトコロッケ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> かたつむりロールケーキ 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> コーンパン ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> チーズおかかおにぎり 牛乳
kcal		484	444	568	648	616
日	20	21	22	23	24	25
予定			テーマ野菜の日	懇談会（つき）・郷土食（岩手県）	懇談会（ほし）	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏肉と新じゃがの甘辛炒め キャベツと大根のさっぱり和え 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> きのことツナの和風スパゲッティー チーズとコロコロ野菜のサラダ 大根と三つ葉の和風スープ フルーツゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 肉じゃが ほうれん草とえのきの納豆和え 茄子と油揚げの味噌汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> 笹間じゃじゃ麺 小松菜とよしのナムル 卵と若布のスープ メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の塩焼き スティック金平ごぼう 小松菜と厚揚げの味噌汁 バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 炒り豆腐 ほうれん草と人参のおかか和え かぶとしめじの味噌汁 ヨーグルト
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> きな粉マフィン 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 桜えびとレタスのサクサク炒飯 ずるめ 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> チーズ入りじゃが芋もち 小魚 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> がんづき 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> カレーピラフ ヨーグルトドリンク 	<ul style="list-style-type: none"> ツなおにぎり 牛乳
kcal		565	505	551	510	584
日	27	28	29	30		
予定	懇談会（はな）	懇談会（ひよこ）	懇談会（うさぎ）	懇談会（あひる）		
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 かじきの味噌焼き 胡瓜と若布の酢の物 小町麩のすまし汁 オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> エビたっぷりカレーライス みかん入りフレンチサラダ ウィンナーときこのスープ メロン 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 油淋鶏 春雨サラダ 中華風コーンスープ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 雑穀ご飯 豚肉の塩麴ソテー マカロニサラダ オクラときこのすまし汁 グレープフルーツ 		
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> 梅としらすの麦おにぎり ほりほりごぼう 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> オクラとささ身の素麺 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ケチャップライス 麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> バナナコッタ ウエハース 牛乳 		
kcal		484	444	625	647	

