



	1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)
		24日(金)	16日(木)	22日(水)	20日(月)	23日(木)
献立	レーズンパン さわらのカレームニエル(片栗粉) キャベツのコールスロー(マヨドレ) だいこんとベーコンのスープ 果物(オレンジ)	御飯 お好み焼き 大根のツナ煮 かぼちゃと油揚げのみそ汁 果物(バナナ)	牛肉の混ぜご飯 きゅうりとわかめの酢の物 なすとえのきのみそ汁 カルシウムたまごボーロ	御飯 太刀魚の塩焼き かぼちゃの甘煮 豆腐とほうれん草のすまし汁 果物(オレンジ)	あんかけうどん さわらのみそ焼き ヨーグルト(ストロベリー)	御飯 鶏肉のさっぱり煮 キャベツともやしのカレー炒め えのきと豆腐の中華スープ 果物(バナナ)
	NEGLEスラウント40g×1ヶ さわら 食塩 こしょう 片栗粉 カレー粉 サラダ油 ブロッコリー キャベツ にんじん コーン缶 レモン果汁 日清 マヨドレ 牛乳 はちみつ 味の素KKコンソメ 食塩 水 だいこん たまねぎ ベーコン オレンジ	精白米 豚ももミンチ 食塩 キャベツ ねぎ 鶏卵 干し桜えび(無着色) かつお粉 薄力粉 ベーキングパウダー かつお・昆布だし ながいも いか天入り天かす お好みソース 日清 マヨドレ 糸花鰹 あおのり だいこん にんじん ツナ缶 味の素KKコンソメ 本みりん こいくちしょうゆ すりみそ だし 油揚げ かぼちゃ バナナ	精白米 牛肉 もも肉 生しいたけ 油揚げ にんじん たまねぎ ごま油 こいくちしょうゆ 本みりん 三温糖 日本酒 きぬさや きゅうり ちりめんじゃこ カットわかめ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ すりみそ だし なす えのきたけ ねぎ カルシウムたまごボーロ	精白米 たちうお(切り身) 食塩 きゅうり かぼちゃ だし こいくちしょうゆ 三温糖 かつお・昆布だし 豆腐(絹ごし) 食塩 うすくちしょうゆ ほうれんそう たまねぎ オレンジ	干しうどん 豚もも えのきたけ たまねぎ ほうれんそう かつお・昆布だし 本みりん こいくちしょうゆ 片栗粉 さわら すりみそ 本みりん 三温糖 キャベツ ソファール(ストロベリー)	精白米 鶏肉もも皮なし 上白糖 日本酒 穀物酢 こいくちしょうゆ 食塩 しょうが だいこん キャベツ 緑豆もやし にんじん 鶏卵 ピーマン 食塩 カレー粉 サラダ油 えのきたけ カットわかめ 豆腐(絹ごし) 中華味 食塩 バナナ
材料						

**地元の
おやさい**
(普賢寺ふれあ
いの駅
より納品)

**精白米
すりみそ**
(一休
みそ)

新玉ねぎ

食べているかな?

虫菌になりにくい歯と歯を支える骨を作るには、
元となる**カルシウム**と、吸収を促進する**ビタミンD**が必要だよ。

<カルシウム> 牛乳、ヨーグルト、チーズ 大豆
 ひじき 切り干し じゃこ

<ビタミンD> 魚料理 じゃこ きのこ



*献立、食材は都合により変更になることがあります。

	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	17日(金)
		21日(火)	28日(火)	27日(月)	30日(木)	29日(水)
献立	御飯 あじの蒲焼き きゃべつとコーンのソテー かぼちゃとわかめのみそ汁 普・粗・ぼんせんえび 押・ペ・低たんぱくビスコ	パン(イエローロール) ささみのフライ ひじきのごま風味サラダ(マヨドレ) にんじんポタージュ ぶどうゼリー	夏野菜カレー アスパラとコーンのサラダ 果物(オレンジ)	御飯 鮭の塩こうじ焼き 高野豆腐の卵とじ 新玉ねぎとわかめのみそ汁 果物(オレンジ)	ミニ黒糖 マカロニグラタン きゃべつときゅうりのフレンチサラダ 新たまねぎのコンソメスープ 果物(バナナ)	北海道ミルクパン 1P 大豆入りチーズハンバーグ(卵、乳なし) 切り干し大根のサラダ 新たまねぎときゃべつのコンソメスープ 果物(キウイ)
	精白米 あじ 片栗粉 こいくちしょうゆ 上白糖 本みりん 料理酒 水 きゅうり サラダ油 キャベツ コーン缶 ベーコン 食塩 こいくちしょうゆ すりみそ だし 油揚げ カットわかめ かぼちゃ ぼんせんえび ビスコ	NEGイエロー30g×1ヶ 鶏肉ささみ たまねぎ にんにく かぼちゃ なす ピーマン オクラ ピザ用チーズ 大豆油 パーモンドカレー甘口 グリーンアスパラガス コーン缶 ロースハム 日清 マヨドレ オレンジ お楽しみ給食 「虫歯予防デー」	精白米 豚もも たまねぎ にんにく かぼちゃ なす ピーマン オクラ ピザ用チーズ 大豆油 パーモンドカレー甘口 グリーンアスパラガス コーン缶 ロースハム 日清 マヨドレ オレンジ	精白米 アトランティックサーモン 塩こうじ きゅうり 高野豆腐 ちりめんじゃこ にんじん 鶏卵 サラダ油 かつお・昆布だし 食塩 こいくちしょうゆ 上白糖 日本酒 すりみそ だし たまねぎ 油揚げ カットわかめ オレンジ	ミニ黒糖×20ヶ マカロニ(乾) 鶏肉もも皮なし たまねぎ 薄力粉 有塩バター 牛乳 味の素KKコンソメ 食塩 こしょう ピザ用チーズ キャベツ きゅうり サラダ油 穀物酢 食塩 こしょう 上白糖 味の素KKコンソメ 食塩 たまねぎ にんじん コーン缶 バナナ	北海道ミルク×1ヶ 牛ももミンチ 水煮だいず たまねぎ プロセスチーズ 豆腐(絹ごし) 片栗粉 食塩 こしょう ナツメグ トマトケチャップ かぼちゃ 切り干し大根 きゅうり ロースハム にんじん ごま油 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ 味の素KKコンソメ 食塩 たまねぎ コーン缶 キャベツ パセリ キウイ(ゴールド)
材料						

食育の取組②
「見本食」
保育士がこども
さんたちと一緒に
食べる給食です。
一緒に食べるこ
とで、苦手なもの
にもチャレンジし
たり、「おいしい
ね」とコミュニ
ケーションをとる
大事な場面です。
保護者さまに、
ペーストにする
前の給食を見て
頂いたり、味や
食感などを伝え
ています。



給食試食会のお知らせ
日時：①6月17日(金)12:15~12:45 ②6月29日(水)12:30~13:00
新規入園児保護者様を対象にしています。対象の方には、お知らせを配布します。楽しいランチタイムです。お気軽にご参加ください。

*献立、食材は都合により変更になることがあります。

<今月の栄養価(米飯、普通食を全量摂取した場合)>

エネルギー	376Kcal	タンパク質	16.6g	脂質	11.5g	カルシウム	143mg	鉄	2.2mg	ビタミンA	147μg
ビタミンB1	0.2mg	ビタミンB2	0.21mg	ビタミンC	33mg	食物繊維	3.3g	食塩相当量	2.2g		