

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前	2 豆乳 せんべい	3 野菜ジュース	4 のむヨーグルト	5 牛乳 ビスケット	6 アシドミルク	7	
昼食	ごはん 豚肉のソースマリネ マッシュポテト 卵とわかめのスープ	ごはん 鶏のからあげ ごまだれ トマトサラダ とうふと なめこのみそ汁	玄米入りごはん さばの味噌煮 (未満児 白身魚) 梅ドレッシング和え けんちん汁	ひじきごはん すき焼き風煮 豆乳ドレッシング サラダ	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい パンサンスー	スパゲティ ジョア	
午後	牛乳 パイ (A~光) ビスケット (空虹)	豆乳ココア スティックケーキ	牛乳 ★マカロニナポリタン	のむヨーグルト ★セサミドーナツ	牛乳 せんべい		
午前	9 りんごジュース	10 お茶 ウエハース	11 牛乳 ビスケット	12 のむヨーグルト	13 豆乳 せんべい	14	
昼食	ごはん とりにくの梅肉焼き ひじきの わふうサラダ そうめん汁	【A組 リクエストメニュー①】 わかめごはん かぼちゃのそぼろ煮 ゆでそら豆 切干しサラダ	玄米入りごはん 白身魚フライ ブロッコリーの ごま酢和え 新じゃがいもと 新たまねぎのみそ汁	レーズン食パン 米粉の クリームシチュー ウイナー わかめフレンチ	ごはん 酢豚 きゅうりの南蛮漬け コーンかきたま スープ	焼きそば ジョア バナナ	
午後	牛乳 たい焼き	のむヨーグルト ★あじさいゼリー	ヨーグルト せんべい	お茶 ★うめしらすおにぎり	牛乳 ビスケット		
午前	16 牛乳 ウエハース	17 りんごジュース	18 豆乳 せんべい	19 のむヨーグルト	20 野菜ジュース	21	
昼食	キーマカレー かいそうサラダ チーズ	玄米入りごはん 魚の塩こうじ焼き チーズいり納豆あえ 豚汁	ごはん カルシウムかき揚げ 江戸っ子煮 ブロッコリーの 中華和え	ごはん バーベキューチキン コールスローサラダ だいこんのみそ汁	ごはん ちりめん春巻き ひじきナムル 春雨スープ	にくうどん ヨーグルト	
午後	お茶 ★フルーツポンチ	牛乳 焼きドーナツ	のむヨーグルト ★ふのラスク	牛乳 ★バナナケーキ	牛乳 クリームクラッカー		
午前	23 牛乳 ビスケット	24 お茶 バナナ	25 アシドミルク	26 りんごジュース	27 お茶 せんべい	28	
昼食	味噌煮込みうどん かぼちゃの天ぷら トマトとわかめの サラダ	【かみかみメニュー】 にんじんじゃこ ごはん 豚肉と大豆の磯煮 かみかみさだ 歯の健康ゼリー	ごはん 魚の南蛮漬け ポテトサラダ 小松菜のみそ汁	【誕生会】 ピビンバ バイクドじゃが ブロッコリー わかめスープ メロン (A~光) バナナ (空虹)	【A組 リクエストメニュー②】 ごはん 鶏のからあげ 切干し大根の ゴママヨ和え さつまいものみそ汁	みそらーめん ヨーグルト	
午後	お茶 ★おにぎり 味付小魚 (ABC)	牛乳 ★ざくざく コーンフレーククッキー	牛乳 バームクーヘン	牛乳 シュークリーム	豆乳ココア せんべい		
午前	30 野菜ジュース	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>光組 保護者様</b></p> <p>7月より光組も園の給食でサンマ・サバの青魚がです。</p> <p>青魚でアレルギーの症状がでる場合がありますので、6月中にお家で少量から食べて 頂きたいと思えます。</p> <p>必ず加熱したものを食べて頂き、発疹や嘔吐などのアレルギー症状がでた場合は 食べるのをやめて、受診してください。</p> <p>後日、園から確認の用紙を配布させていただきますので記入の上提出お願い致します。</p> </div>					
昼食	ゆかりごはん みそポトフ マカロニサラダ バナナ						
午後	アシドミルク ★クッキー						

6月の給食	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩
目標量(3~5歳児)	594Kcal	23.8g	16.5g	255mg	1.6g
平均(3~5歳児)	577Kcal	22.9g	17.7g	217mg	2.0g
目標量(1~2歳児)	481Kcal	16.5g	13.0g	212mg	1.4g
平均(1~2歳児)	517Kcal	18.3g	15.6g	221mg	1.6g

・★は、手作りおやつです。  
・26日(木)は、誕生会です。