

7月の献立表

令和6年 6月 26日(水)
北平田保育園



	1日(月)	2日(火) 観劇	3日(水)	4日(木)	5日(金) 七夕まつり祖父母の会	6日(土)
午前おやつ (未満児)	かぼちゃの甘煮	バナナ	りんごジュース	チョコビスケット	オレンジ	
昼食	照り焼きチキン パスタサラダ みそ汁(玉葱・小松菜) ヨーグルト	🐟赤魚の甘辛揚げ 切り干し大根煮 みそ汁(もやし・椎茸) メロン	ウインナーの味噌炒め ゆかり和え すまし汁(なす・豆腐) バナナ	豚肉の生姜焼き オクラのおかか和え みそ汁 (厚揚げ・しめじ・わかめ) メロン	🍷お星さまカレー ツナサラダ ジョア ゼリーポンチ	五目あんかけ丼風 みそ汁(わかめ) バナナ
午後おやつ	おととつと 野菜ジュース	★ココア寒天 牛乳	★コーンチヂミ 牛乳	★ベリーホイップサンド 牛乳	星たべよ キャロットジュース	お菓子 牛乳
栄養価	E:363 P:18.4 F:12.3 食塩:1.8	E:304 P:15.4 F:12.9 食塩:2.0	E:441 P:13.9 F:21.3 食塩:2.2	E:350 P:20.5 F:18.8 食塩:2.2		E:349 P:12.8 F:18.2 食塩:1.3
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金) サッカー	13日(土)
午前おやつ (未満児)	スティック野菜	バナナ	マンナビスケット	オレンジ	バナナ	
昼食	青椒肉絲 ビーフソテー かきたま汁 バナナ	🍷ご飯 鶏肉のバーベキューソース ココロサラダ みそ汁(キャベツ・薄揚げ) オレンジ	🐟さばのみそ焼き ひじきの炒り煮 豚汁 ヨーグルト	回鍋肉 卵入りナムル 中華スープ(わかめ・葱) メロン	鶏肉のパン粉焼き 春雨サラダ みそ汁(キャベツ・厚揚げ) すいか	豚丼風 みそ汁(焼き麩) バナナ
午後おやつ	たべっ子どうぶつ 牛乳	★ホットケーキ 牛乳	★焼きおにぎり 麦茶	プリン	まがりせんべい ヤクルト	お菓子 牛乳
栄養価	E:366 P:16.7 F:20.1 食塩:1.6	E:320 P:16.5 F:14.5 食塩:1.8	E:334 P:16.8 F:16.4 食塩:2.0	E:430 P:16.4 F:21.5 食塩:2.1	E:368 P:20.1 F:13.6 食塩:2.3	E:311 P:12.9 F:13.2 食塩:0.9
	15日(月)	16日(火)	17日(水) にこにこ広場	18日(木)	19日(金) 集金	20日(土) 夏祭り🎆
午前おやつ (未満児)		ぱりんこ	野菜ジュース	オレンジ	バナナ	
昼食		肉じゃが ほうれん草の納豆和え みそ汁(豆腐・葱) すいか	🍷チャーハン 餃子 チンゲン菜の和え物 冷やしミニラーメン メロン	🐟鮭の南蛮漬け オクラの和え物 みそ汁 (なす・薄揚げ・焼き麩) バナナ	冷しゃぶごまだれ 味付けのり すまし汁 (えのき・豆腐・ねぎ) メロン	プルコギ丼風 みそ汁(わかめ) バナナ
午後おやつ		チョコビスケット 牛乳	★選択おやつ 牛乳	★冷やしお茶漬け風	パナッパ	お菓子 牛乳
栄養価		E:410 P:18.4 F:14.8 食塩:2.3		E:415 P:26.8 F:17.0 食塩:2.7	E:462 P:21.8 F:26.8 食塩:2.5	E:368 P:18.1 F:16.3 食塩:1.5
	22日(月)	23日(火) スイミング	24日(水) お楽しみ献立	25日(木) バス代振替日	26日(金) サッカー	27日(土)
午前おやつ (未満児)	星たべよ	バナナ	ぶどうジュース	オレンジ	バナナ	
昼食	鶏肉のマーレード焼き マカロニサラダ みそ汁(薄揚げ・玉葱) メロン	麻婆豆腐 華風和え たまごスープ オレンジ	🍷タコライス 茹でとうもろこし 野菜スープ すいか	🐟きすの利休揚げ すき昆布煮 みそ汁(ほうれん草・豆腐) バナナ	蒸し鶏香味だれ お浸し みそ汁(もやし・厚揚げ) メロン	ハッシュドポーク 牛乳 バナナ
午後おやつ	バームクーヘン 牛乳	★トマトミートパイ 牛乳	★フルーツサンド 牛乳	★かぼちゃ豆乳プリン	ベジたべる ジョア	お菓子 ジュース
栄養価	E:364 P:18.9 F:19.2 食塩:2.3	E:434 P:17.0 F:24.9 食塩:1.7		E:369 P:14.3 F:20.6 食塩:1.3	E:340 P:20.3 F:11.1 食塩:2.3	E:343 P:14.3 F:18.0 食塩:1.5
	29日(月) リトミック	30日(火)	31日(水)	 <p>今月のにこにこ広場のメニューを 考えてくれたのは…</p> <p>なかむら まさひろくんと、 えんどう がむいくんです!</p> <p>今月は誕生会がないため、 お楽しみ献立が入っています!</p>		
午前おやつ (未満児)	スティック野菜	バナナ	りんごジュース			
昼食	五目卵焼き 和え物 しそ巻き みそ汁(えのき・豆腐) バナナ	かぼちゃコロケ ココロサラダ ふりかけ みそ汁(もやし・焼き麩) すいか	🍷ご飯 🐟焼き魚 五目きんぴら 冷やしうどん汁 メロン			
午後おやつ	ムーンライト 牛乳	★枝豆ひじきおにぎり 麦茶	★夏野菜ピザトースト 牛乳			
栄養価	E:468 P:21.0 F:23.1 食塩:2.4	E:364 P:13.1 F:13.2 食塩:1.7	E:554 P:16.0 F:10.9 食塩:1.6			

※発注の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。

栄養価 E:エネルギー P:タンパク質 F:脂肪 食塩:食塩相当量

🍷:完全給食の日 🐟:庄内浜の魚デー 🐟:お魚の日 ★:手作りおやつ