6がつのこんだてひょう

いかわこどもえん

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
	6/1（日）　2日	3日	4日	5日（ちゅうりっぷクッキング）	6日（梅の日）	7日
午前おやつ	ヨーグルト	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子	ヨーグルト	牛乳・バナナ	麦茶・お菓子
お昼	擬製豆腐 南瓜の煮物 味噌汁・オレンジ	たらの味噌マヨ焼き ★筑前煮 味噌汁・バナナ	鶏肉のトマトソースがけ 胡瓜のしらす和え コーンスープ・パイナップル	★豚肉のもち米蒸し 白菜とツナの煮びたし 味噌汁・オレンジ	★ちくわの梅チーズ天 キャベツともやしの磯香和え 田舎汁・トマト	親子丼 なめこ汁 バナナ
午後おやつ	牛乳・がんづき	牛乳・あんかけ焼きそば	ジョア・★ガーリックトースト	ほうじ茶・★カミカミおにぎり	歯と口の健康週間ゼリー・せんべい	
夕食のおすすめ	煮込みハンバーグ	豚肉の生姜焼き	さばのねぎ味噌焼き	厚揚げのそぼろあんかけ	トマトハヤシ	
	9日	10日	11日（あやめクッキング）	12日	13日	14日
午前おやつ	ヨーグルト	牛乳・お菓子	ヨーグルト	豆乳・お菓子	牛乳・お菓子	 希望保育 （お弁当＆おやつ）
お昼	蒸し餃子 おくらの酢の物 麻婆高野豆腐・パイナップル	鮭の塩焼き じゃが芋と油揚げの味噌煮 すいとん汁・トマト	豚肉とピーマンの炒め物 納豆サラダ 味噌汁・バナナ	南瓜とブロッコリーのグラタン 野菜のドレッシング和え 野菜スープ・オレンジ	鶏むね酢鶏 小松菜の胡麻和え 味噌汁・パイナップル	
午後おやつ	牛乳・米粉のタルト	あじさいカルピスゼリー	牛乳・大学芋	牛乳・肉まん風蒸しパン	ヨーグルト・せんべい	
夕食のおすすめ	野菜いため	五目うどん	鶏肉のから揚げ	赤魚の煮つけ	コロッケ	
	16日	17日	18日（運動会リハーサル）	19日	20日	21日
午前おやつ	ヨーグルト	牛乳・お菓子	野菜ジュース	ヨーグルト	牛乳・バナナ	
お昼	豆腐と豚肉の煮物 大根とツナの和え物 味噌汁・オレンジ	赤魚の磯辺焼き がんもと大根の煮物 豚汁・バナナ	カレーシチュー えびカツ 豆乳デザート	おからハンバーグ 五目きんぴら 味噌汁・パイナップル	洋風豆腐入り厚焼き卵 ほうれん草とささみの和え物 ミネストローネ・オレンジ	
午後おやつ	牛乳・ジャムサンド	ほうじ茶・菜飯おにぎり	ジョア・マシュマロクラッカー	牛乳・きなこ揚げパン	ヨーグルト・せんべい	
夕食のおすすめ	かじきの照り焼き	八宝菜	煮魚	オムライス	かつ丼	
	23日	24日（ひまわりクッキング）	25日	26日(誕生会)	27日	28日
午前おやつ	ヨーグルト	牛乳・お菓子	ヨーグルト	麦茶・お菓子	豆乳・お菓子	 希望保育 （お弁当＆おやつ）
お昼	豆腐のチキンナゲット 胡瓜の中華和え なめこ汁・パイナップル	さばの立田焼き 納豆の和え物 味噌けんちん汁・オレンジ	照り焼きチキン ポテトサラダ わかめと卵のスープ・バナナ	ナスのミートソーススパゲッティ フライドポテト・ブロッコリー 千切り野菜スープ・ゼリー	はんぺんチーズフライ アスパラサラダ さつま汁・パイナップル	
午後おやつ	牛乳・ミニクレープ	ジョア・なべやき	冷やしうどん	牛乳・マーマレードケーキ	ヨーグルト・せんべい	
夕食のおすすめ	鮭の西京焼き	肉団子	麻婆茄子	焼売	炒り豆腐	
	30日	日	日	日	日	日
午前おやつ	ヨーグルト	6月の予定栄養摂取量				
お昼	厚揚げの味噌炒め さつま芋の甘煮 すまし汁・オレンジ	エネルギー　432cal たんぱく質　20.4 g 脂質　17.7 g 塩分　1.9　g				
午後おやつ	牛乳・スティックパン					
夕食のおすすめ	鶏肉の塩麹焼き					

※４日～７日は歯と口の健康週間です。噛むことを意識した献立になっています。（★印）
※26日(木)は誕生会です。３歳以上児さんは、お茶コップ・はしを持ってきてください。
※都合により献立が変更になる事があります。
※水筒やパッキンの消毒もよろしくお願いします。