

給食献立表



社会福祉法人 大谷会
安桜保育園

		献立	間食(手作りおやつ)		カロリー
			未満児	以上児	
1	金	そうめん いなり寿司 鶏天 ウインナー	オレンジ	♪きな粉おはぎ	498/644
2	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			436/535
3	日				
4	月	ご飯 大豆の五目煮 マカロニサラダ 動物チーズ	バナナ	せんべい 牛乳	626/725
5	火	炊き込みご飯 冷しゃぶ わかめスープ	ゼリー	♪小倉トースト ジュース	469/543
6	水	ご飯 肉じゃが キャベツのサラダ すまし汁	オレンジ	蒸しパン まめびよ	576/614
7	木	パン 牛乳 魚フライ 鶏肉のトマトソース煮	バナナ	ビスコ ヤクルト	481/520
8	金	ガパオ風ライス カニ風味サラダ ヨーグルト	ヨーグルト	米粉タルト ジョア	393/432
9	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			491/534
10	日				
11	月				
12	火	チキンライス コーンスープ ゼリー	バナナ	星たべよ 気になる野菜	503/636
13	水				
14	木				
15	金				
16	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			583/648
17	日				
18	月	ご飯 栄養ひじき もやしの和え物 みそ汁	オレンジ	ビスケット アシド	456/517
19	火	ご飯 魚の照り焼き ポテトサラダ すまし汁	ゼリー	♪カラフルカップ 牛乳	484/545
20	水	ご飯 油淋鶏 きゅうりの和え物 かき卵汁	バナナ	ドーナツ フルーツ牛乳	525/578
21	木	パン 牛乳 トンカツ สปาゲッティーサラダ	ヨーグルト	♪バナナきな粉 幼児リンゴ	535/638
22	金	焼肉丼 豆腐のスープ ゆかり和え	ゼリー	ミレー ジョア	557/626
23	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			480/583
24	日				
25	月	五目ご飯 もやしのサラダ しゅうまい ゼリー	ゼリー	♪プリンアラモード	489/554
26	火	ハンバーガー 牛乳 チキンナゲット トマトの和え物	オレンジ	♪ホットケーキ 牛乳	628/703
27	水	カレーライス フルーツポンチ ウインナー	バナナ	ぼたぼた焼き 乳酸菌	511/620
28	木	牛丼 キャベツの和え物 カニ風味汁	ゼリー	原宿ドック アシド	475/530
29	金	ご飯 魚の煮付け 春雨サラダ かき卵汁	ヨーグルト	ソフトせん まめびよ	496/638
30	土	調理パン 牛乳 ゼリー バナナ			464/531
31	日				

メニューは都合により変更する事があります。

夏の食生活を見直そう

1. 朝ご飯をしっかりと食べよう
2. 喉がかわいたら、麦茶・牛乳・水を飲もう
3. 野菜をたっぷり食べよう
4. 冷たい飲み物・食べ物はほどほどに
5. 食中毒にきをつけよう

