

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	土	調理パン 牛乳 バナナ ゼリー			498/644
2	日				
3	月	カレーピラフ コールスローサラダ トマトスープ	ゼリー	おっとっと ジョア	528/449
4	火	ご飯 サバの煮付け 春巻き ソーセージのかき卵汁	プリン	バナナきな粉 幼児牛乳	626/725
5	水	ピラフ สปาゲッティサラダ チンゲン菜のスープ	オレンジ	キャラメルコーン 牛乳	469/543
6	木	お楽しみメニュー	バナナ	♪アップルパイ	576/592
7	金	パン 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き サラダ コーンスープ	ヨーグルト	オムレット ジュース	481/520
8	土	調理パン 牛乳 バナナ ゼリー			393/432
9	日				
10	月	ご飯 栄養ひじき キャベツのサラダ みそ汁	ゼリー	気になる野菜 せんべい	558/658
11	火				
12	水	肉みそうどん ゆかりご飯 ごま和え すいか	バナナ	ベジタベル ぶどうジュース	503/636
13	木				
14	金				
15	土				
16	日				
17	月	ご飯 筑前煮 トマトの和え物 チーズ	ゼリー	動物ビス ビタヨーグル	658/698
18	火	ビビンバ丼 餃子 中華スープ	オレンジ	揚げせん 牛乳	456/517
19	水	ご飯 山賊焼き キャベツのなれ	バナナ	♪蒸しパン ジュース	484/545
20	木	チキンライス コーンスープ のりマヨサラダ	ヨーグルト	マカロニの安倍川	525/578
21	金	ハンバーガー ブロッコリーのサラダ たまごスープ	ゼリー	ミルクレープ ヤクルト	535/638
22	土	調理パン 牛乳 バナナ ゼリー			557/626
23	日				
24	月	ご飯 肉豆腐 きゅうりの和え物 みそ汁	ゼリー	ビスコ 牛乳	538/589
25	火	カレーライス フルーツポンチ ウインナー	バナナ	星たべよ まめびよ	489/554
26	水	ご飯 魚の西京焼き 和え物 すまし汁	オレンジ	えびせん 牛乳	628/703
27	木	パン 牛乳 魚のフライ ミネストローネ	ヨーグルト	焼きおにぎり	511/620
28	金	ご飯 鶏肉の炒め物 かき卵汁 きゅうりの和え物	ゼリー	♪ジャムサンド アシド	475/530
29	土	調理パン 牛乳 バナナ ゼリー			496/638
30	日				
31	月	ご飯 回鍋肉 わかめスープ 春雨サラダ	ゼリー	♪麩のラスク 餃子	552/568

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

