

平成28年度



# 給食予定献立表



広田保育園  
3歳以上児

**食事前には必ず手を洗いましょう!**

湿度の上昇するこの梅雨の時期は、細菌類の繁殖期でもあります。特に食中毒には気をつけたいものです。予防策として手洗い・うがいから始めましょう。ご家庭でも、しっかり手を洗っているかそばで見守ってあげてください。

1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)							
副食	ツナとチーズの卵焼き マカロニサラダ じゃが芋と豆腐の味噌汁 キウイフルーツ	麻婆茄子 ごまもやし きのこスープ オレンジ	豆腐のドライカレー 白菜とベーコンのサラダ にらたま汁 ミニトマト	はんぺんのチーズ焼き もやしの炒め物 牛乳 バナナ	おやつ	しょうゆだんご・牛乳	ジャムサンド・牛乳	いちごのムース・サブレ					
6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)			
副食	パイとハムのステーキ 親子サラダ ベーコンスープ キウイフルーツ	魚の照り焼き 大豆サラダ 豚汁 バナナ	巣ごもり卵 アスパラサラダ つくね汁 ミニトマト	チキンナゲット 中華風サラダ 野菜ミルクスープ オレンジ	生姜焼き・ベジタブルソテー マッシュポテト 五目味噌汁 グレープフルーツ	<b>手作り弁当</b> 		おやつ	きな粉もち・牛乳	黒糖入り蒸しパン・牛乳	ごまクッキー・牛乳	フルーツゼリー・せんべい	小倉白玉・牛乳
副食	エビと豆腐のケチャップ煮 チーズサラダ 春雨スープ バナナ	筑前煮 小松菜のピーナツ和え しめじの味噌汁 オレンジ	<b>遠足</b> 		春巻き もやしのナムル はんぺんスープ さくらんぼ			赤魚の塩焼き 昆布の煮付け じゃが芋とキャベツの味噌汁 グレープフルーツ	厚揚げの甘辛煮 コーンサラダ 牛乳 オレンジ				
おやつ	人参バターケーキ・牛乳	スイートポテト・牛乳			あじさいヨーグルト・せんべい	焼きそばパン・牛乳							
13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)			
副食	豚肉の柳川風 南瓜サラダ 花麩のすまし汁 ミニトマト	いが蒸し 若布の煮物 白菜と人参の味噌汁 バナナ	かつおの甘露煮 油揚げと青菜の煮浸し なめこ汁 オレンジ	<b>【お誕生会】</b> ビビンバ ブロッコリーと若布のお浸し さつま芋の甘煮 コーンのスープ・さくらんぼ	炒り豆腐 いんげんのサラダ 南瓜の味噌汁 グレープフルーツ	豚肉の味噌炒め オーロラサラダ 牛乳 バナナ	おやつ	餃子ピザ・牛乳	杏仁豆腐・せんべい	ごままんじゅう・牛乳	ケーキ・牛乳	フレンチトースト・牛乳	
20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)			
副食	カレー肉じゃが 若布サラダ 油揚げの味噌汁 オレンジ	カニ玉 三色サラダ ささみスープ キウイフルーツ	ローストチキン ひじきのごま和え 五目ラーメン バナナ	豆腐の和風ボール 七福ナムル のっぺい汁 ミニトマト	<b>今月の予定平均栄養量</b> エネルギー・・・407kcal タンパク質・・・17.4g 脂 肪・・・16.8g		おやつ	ホットケーキ・牛乳	カルピスゼリー・せんべい	さつま芋かりんとう・牛乳	ホットドック・牛乳		
27日(月)		28日(火)		29日(水)			30日(木)						

