



栗石保育園

日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal	
				食塩相当量g	以上児					未満児	食塩相当量g
1	水	キーマカレー トマトサラダ わかめスープ 果物 麦茶	シリアル 牛乳	524	558	16	木	一口トンカツごま風味 付け合わせ 花魁のすまし汁 果物 麦茶	ソーメン	419	466
2	木	鮭フライ ほうれん草とエノキの和え物 なめこの味噌汁 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	410	452	17	金	ひじきの炒り煮 かぼちゃの甘煮 玉葱と人参の味噌汁 果物 麦茶	ビスケット りんごゼリー	336	414
3	金	肉じゃが きゅうりとツナの和え物 高野豆腐の味噌汁 果物 麦茶	クラッカー ヨーグルト	383	416	18	土	ウインナーのポトフ 大根とジャコのサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	419	470
4	土	ウインナーのケチャップかけ レタスの和風サラダ 豆腐の味噌汁 果物 麦茶	パン 牛乳	409	462	20	月	八宝菜 ナムル風 油揚げの味噌汁 果物 麦茶	いなり寿司 牛乳	481	508
6	月	焼肉パスタ イタリアンサラダ コンソメスープ 果物 麦茶	炊き込みご飯 牛乳	615	595	21	火	バイキング (当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はございません)	フルーツ ヨーグルト	0.00	0.00
7	火	なっつく天 きゅうりとわかめの酢の物 大根と人参の味噌汁 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	422	465	22	水	マーボー豆腐 ハリハリ漬け 卵スープ 果物 麦茶	せんべい 牛乳	406	463
8	水	たらのにんにくソースかけ 炒り豆腐 エノキと玉葱の味噌汁 果物 麦茶	ふかし芋 牛乳	333	391	23	木	鯖のカレー竜田揚げ きゅうりとちくわの和え物 じゃがいもの味噌汁 果物 麦茶	ぽっぽ焼き 牛乳	433	476
9	木	チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 レタスの中華スープ 果物 麦茶	野菜蒸しパン 牛乳	455	475	24	金	豚肉のピザ焼き 付け合せ 人参の味噌汁 果物 麦茶	ラーメン	428	480
10	金	*親子遠足(赤組・黄組・青組) 給食はございません *たまご組・ひよこ組・こっこ組 おにぎり遠足です	ジュースが 出ます	0.00	0.00	25	土	コーンシチュー グリーンサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	478	511
11	土	親子煮 ほうれん草のおひたし わかめの味噌汁 果物 麦茶	パン 牛乳	457	500	27	月	鶏肉のトマトソースかけ ポテマヨサラダ 白菜スープ 果物 麦茶	さつま芋とりんごの甘煮 牛乳	377	419
13	月	豆腐ハンバーグ 豚肉と根菜のきんぴら もやしの味噌スープ 果物 麦茶	混ぜ込みご飯 牛乳	379	440	28	火	鮭のコーンマヨネーズ焼き 春雨サラダ キャベツの味噌汁 果物 麦茶	豆パン 牛乳	416	469
14	火	ほっけの塩焼き もやしときゅうりの中華和え 白菜と人参の味噌汁 果物 麦茶	しっとりロールパン 牛乳	350	417	29	水	きぬ丸豆腐あんかけ 野菜炒め ワンタンスープ 果物 麦茶	焼きそば 牛乳	439	484
15	水	冷風麺 果物 麦茶	バナナ 牛乳	460	472	30	木	エビフライ シーザーサラダ オニオンスープ 果物 麦茶	チキンライス 牛乳	411	454

※6/10は親子遠足の為、給食はございません。

(お弁当とおやつをご持参ください。)

※白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。

※仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。

平均	427	469
	2.61	2.19