

令和6年度



ぱくぱく



- 給食に取り入れた旬の食材は・・・『そうめんかぼちゃ・とうもろこし・オクラ・トマト・ズッキーニ・なす・すいか』です。
- 3歳未満児は22日か味付きご飯です。そのほかの日は白ご飯になっています。

	曜日	メニュー			きゅうしょくのざいりょう			家でとり食物
		3才未満児 朝おやつ	おひるのきゅうしょく	みんなのおやつ	エネルギーになるもの (きいろ)	ちやにくになるもの (あか)	びょうきをやっつけるもの (みどり)	
1	月	マカロニの あべかわ	フーチャンブル ケチャマヨサラダ ハナナ	チョコスコーン	ごまあぶら マヨネーズ	ふ たまご ぶたにく	たまねぎ いら もやし にんじん きゅうり トマト とうもろこし ハナナ	魚類 きのご類
2	火	フランスパン せんべい	にくじゃが きりほしたいこんサラダ キウイフルーツ	すいか	じゃがいも あぶら マヨネーズ	ぶたひきにく ハム	にんじん たまねぎ いんげん こんにゃく きりほしたいこん きゅうり キウイフルーツ	大豆製品 卵類
3	水	ジャムヨーグルト	レバーのマリアナソース レタス あまずこにんじん パン缶	わかめむすび	かたくりこ さとう あぶら	ツナ ぶたレバー	しょうが レタス にんじん たまねぎ パイン缶	野菜類 海藻類
4	木	バナナ	さかなのカレームニエル やきじゃが マカロニサラダ オレンジ	ごまゼリーの くるみつけ	はくりきこ あぶら バター じゃがいも マカロニ マヨネーズ	さかな ハム たまご	あおのり きゅうり にんじん オレンジ	葉菜類 肉類
5	金	フルーチェ	とうふステーキ (ツナマヨコーン) ゆでえだまめ ズッキーニとぶたにくのみそいため もも缶	きなこトースト	はくりきこ あぶら マヨネーズ さとう	とうふ ツナ ぶたにく みそ	とうもろこし パセリ えだまめ ズッキーニ にんじん たまねぎ しょうが もも缶	きのご類 果実類
8	月	ジャムのせ クラッカー	ぶたのしょうがやき レタス もやしのちゅうかあえ みかん缶	りんご バナナ	あぶら さとう ごまあぶら	ぶたにく ハム	しょうが レタス たまねぎ もやし きゅうり みかん缶	いも類 大豆製品
9	火	チョコっと フレンチ	マーボーなす ポテトサラダ キウイフルーツ	みそまんじゅう	あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ じゃがいも マヨネーズ	ぶたひきにく みそ ハム たまご	なす しめじ にんじん たまねぎ にんにく しょうが ねぎ パプリカ きゅうり キウイフルーツ	海藻類 魚類
10	水	あべかわもち	さかなのほんすてりやき フロッコリーのごまあえ チャプチェ オレンジ	ゆでとうもろこし	はくりきこ あぶら さとう ごま はるさめ ごま ごまあぶら	さかな きゅうにく	フロッコリー しょうが にんにく にんじん たけのこ しんじけ ほうれんそう オレンジ	卵類 葉菜類
11	木	てづくりゼリー	かぼちゃとひきにくのグラタン かりこりいりこ わふうサラダ パイン缶	うめぼしむすび	マカロニ はくりきこ バター さとう ごま あぶら ごまあぶら	ぎゅうひきにく ぶたひきにく ぎゅうにゅう チーズ いりこ ツナ かつおぶし とうふ	かぼちゃ たまねぎ パセリ きゅうり にんじん もやし パイン缶	果実類 きのご類
12	金	ぎょうざの かわピザ	とりにくのガリウイしょうゆやき ゆできゃべつ さっぱりおからサラダ ハナナ	チュロス	マヨネーズ さとう	とりにく おから ツナ とうにゅう	にんにく きゃべつ きゅうり とうもろこし にんじん ハナナ	いも類 根菜類
16	火	バタートースト	なまあげのでんかく ゆでじゃが ごもくひじき キウイフルーツ	ぎゅうにゅうかんとん	さとう ごま じゃがいも あぶら	あつあげ みそ あぶらあげ たいす	あおのり ひじき こんにゃく いんげん にんじん キウイフルーツ	大豆製品
17	水	ゆでさつまいも	なつやさいカレー オクラのごまあえ ちゅうかサラダ みかん缶	にんじんのカップケーキ	あぶら さとう ごま はるさめ ごまあぶら	とりにく ツナ	かぼちゃ ズッキーニ なす たまねぎ トマト ピーマン しょうが にんにく オクラ きゅうり きゃべつ にんじん みかん缶	卵類 海藻類
18	木	ラスク	さけのタルタルソースかけ ゆでえだまめ ベーコンポテト オレンジ	シューアイス	マヨネーズ じゃがいも バター	さけ たまご ベーコン	たまねぎ パセリ えだまめ オレンジ	野菜類 肉類
誕生会 19	金	おかし	♪ おたのしみランチ ♪	クリームパン				
20	土		☆こどもほんおどりたいかい☆					
22	月	やきふがし	おからのキッシュ かりこりいりこ きゃべつとささみのあおのりサラダ パイン缶 (3未: おかかごはん)	オレンジゼリー	バター さとう ごま あぶら マヨネーズ	おから ベーコン たまご チーズ クリーム いりこ ぎゅうにゅう とりささみ	ほうれんそう たまねぎ きゃべつ あおのり パン缶	根菜類 いも類
23	火	ももヨーグルト	さかなのごまみそだれ フロッコリーのかおりあえ はるさめサラダ ハナナ	おちゃクッキー	ごま さとう ごまあぶら はるさめ マヨネーズ	さかな みそ かつおぶし ハム	フロッコリー にんじん きゅうり ハナナ	野菜類 大豆製品
24	水	じゃがりた	チンジャオロース ひじきのサラダ グレープフルーツ	しおこんぶの じゃこむすび	かたくりこ あぶら さとう ごま ごまあぶら マヨネーズ	ぎゅうにく かにかま	ピーマン パプリカ にんにく たけのこ ひじき きゅうり とうもろこし グレープフルーツ	魚類 卵類
25	木	パンブティング	しそいりてりやきつくね レタス かぼちゃサラダ もも缶	バナナ オレンジ	さとう かたくりこ マヨネーズ	とりひきにく たまご ハム	たまねぎ しそ レタス かぼちゃ きゅうり もも缶	海藻類 きのご類
26	金	ごへいもち	ごもくみそしる きりほしたいこんのため きんしゅうりのすのもの キウイフルーツ	ココアむしパン	さといも あぶら さとう	あぶらあげ とうふ みそ さつまあげ ツナ	こんにゃく しんじけ もやし はくさい ごぼう ねぎ きりほしたいこん にんじん オクラ そうめんかぼちゃ キウイフルーツ	肉類 大豆製品
29	月	かぼちゃの チーズやき	ポークビーンズ きのごスナゲティ ハナナ	きなこのふラスク	じゃがいも さとう あぶら バター スナゲティ	ぶたにく たいす ベーコン	たまねぎ にんじん グリーンピース しめじ えのき ハナナ	魚類 葉菜類
30	火	ホットケーキ	スペインふうオムレツ ゆでえだまめ こまつなとツナのほんずサラダ オレンジ	いろいろ	バター じゃがいも ごま ごまあぶら	たまご ベーコン チーズ ツナ ぎゅうにゅう	フロッコリー にんじん たまねぎ えだまめ こまつな とうもろこし しおこんぶ オレンジ	海藻類 肉類
31	水	てづくりゼリー	あじなんばん おからサラダ パイン缶	ハニートースト	かたくりこ あぶら さとう マヨネーズ	あじ おから ツナ とうにゅう	ピーマン にんじん たまねぎ きゅうり とうもろこし パイン缶	いも類 卵類

*みんなのおやつで毎日牛乳を100ml飲みます。

令和6年6月28日 社会福祉法人 百華児童苑 嘉川保育園