



10がつよていこんだて

ぱんだ組 きりん組 らいおん組

深堀保育園

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	ぶりの煮魚 ベーコンとレタスの炒め物 大根汁 ぶどう	ひじき炒め煮 チキンナゲット 洋風呉汁 フルーツゼリー	青菜ふりかけ 鶏肉しお唐揚げ せん切り野菜 ミニトマト 根菜汁 オレンジ	ほっけの焼魚 きんぴらごぼう きゅうりもみ さつま芋の味噌汁 バナナ	シーチキンカレー はんぺんチーズサンド 青菜のサラダ 幼児りんご100%果汁	さばのみそ煮 ほうれん草とえのき茸のお浸し みそ汁 デザート
午後	牛乳、きなこスティックパン	お茶、バームクーヘン	まめびよココア、チョイス	牛乳、おせんべい	牛乳、かぼちゃ蒸しパン	幼児牛乳、おせんべい
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
午前		牛乳	牛乳	幼児牛乳	幼児ぶどう100%果汁	幼児牛乳
昼食	体育の日	根菜カレー 福神漬け きのこのサラダ 幼児野菜ジュース	すき焼き風煮 即席漬け ふのりの味噌汁 オレンジゼリー	佃煮海苔 カレーコロッケ ブロッコリーのおひたし ミニトマト すまし汁 ぶどう	おでん りんご ジョアストロベリー	八宝菜 しめじと豆腐みそ汁 デザート
午後		牛乳、ホームパイ	元気ヨーグルト、白い風船	牛乳、純米せんべい	麦茶、大学芋	幼児牛乳、おせんべい
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
午前	牛乳	幼児牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース	幼児牛乳
昼食	豚の焼き肉 つけあわせ野菜 ふのりの味噌汁 ヤクルト	麺入りすまし汁 えびかつ フレンチサラダ ミニトマト なし	梅干 肉団子野菜あんかけ 豆腐みそ汁 デザート	さばの香り焼き おなか野菜 芋の子汁 柿	たんじょうかい みそ野菜ラーメン ナチュラルポテト ブルーベリーゼリー	さんまの蒲焼き 青菜と菊のおひたし みそ汁 デザート
午後	牛乳、おととつと	牛乳、動物ビスケット	牛乳、星たべよ	牛乳、ぶどうパン	幼児牛乳、ケーキ	幼児牛乳、おせんべい
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
午前	牛乳	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	ぼたっこの焼き魚 じゃがいも炒め 豚汁 グレープフルーツ	ゆかりふりかけ マカロニチキングラタン つけあわせ 野菜スープ みかん	鶏肉のごま味噌焼 春雨サラダ まいたけみそ汁 ミニデザート	厚揚げの甘酢あんかけ えのきとわかめの味噌汁 りんご	豚肉と野菜の卵とし 即席漬け じゃが芋みそ汁 パイン缶	味のり なると入り麺スープ 肉じゃが デザート
午後	幼児牛乳、サラダせんべい	麦茶、焼きおにぎり、給食チーズ	フルーチェ、小麦胚芽クラッカー	牛乳、どらやき	牛乳、鏡せんべい	幼児牛乳、お菓子
	29(月)	30(火)	31(水)	H30年度目標量エネルギー エネルギー 388 kcal たんぱく質 18.7g 脂質 16.8g 塩分 2.3g 今月の一人当たりの栄養量 エネルギー 442 kcal たんぱく質 18.5g 脂質 19.6g 塩分 2.6g		
午前	牛乳	牛乳	牛乳			
昼食	ごはん さんまの塩焼き かぼちゃサラダ かぶのみそ汁 バナナ	ポークカレー ポイルウインナー 変わりサラダ 気になる野菜ジュース	ふりかけ ししゃもフライ 三色サラダ けんちん汁 青りんごゼリー			
午後	牛乳、小魚アーモンドせんべい	お茶、おせんべい	牛乳、えびせん	12日(金)... おにぎりデーですので、ご協力よろしくお願いします。 (4,5歳児は園外保育ですので、お弁当デーになります) 19日(金)... お誕生会 <u>ごはんいりません。</u>		

年長きぼうこんだて



鶏のしおから揚げ

3日(水)



カレーコロッケ

11日(木)



みそらーめん

19日(金)

