



よていこんだて

深堀保育園

りす組 うさぎ組

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
午前	令和4年度目標量エネルギー エネルギー 466kcal たんぱく質 17.5g 脂質 14.0g 塩分 1.5g	幼児牛乳	幼児牛乳		幼児牛乳	幼児牛乳
昼食	今月の一人当たりの栄養量 エネルギー 510kcal たんぱく質 19.0g 脂質 16.2g 塩分 1.5g	ごはん ごましおひりかけ 鶏肉のマーマレード煮 小松菜とコーンの胡麻和え ふわふわ卵汁 パン缶	ごはん 海苔佃煮 鮭チーズフライ コールスローサラダ なめこ汁 オレンジ		ミートソーススパゲティ ポイルウインナー エリンギのスープ バナナヨーグルト	ごはん さんまのかば焼き ほうれん草とえのきのおひたし もやしのみそ汁 デザート
午後		牛乳、手作りさつまいもクッキー	牛乳、ハッピーターン		幼児牛乳、まがりせんべい	幼児牛乳、おせんべい
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
午前	幼児牛乳	幼児牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	ごはん いわしの梅煮 ゆで野菜 納豆汁 野菜ジュース	なると入りうどん 肉じゃが ブロッコリーのおひたし りんごゼリー	ごはん 梅しらすぶりかけ 鶏肉とさつまいものからめ煮 トマト 豆腐みそ汁 バナナ	ハヤシライス チキンナゲット フレンチサラダ ミニデザート 麦茶	ごはん ぶりの照り焼き ポテトサラダ まいたけみそ汁 みかん	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ わかめスープ デザート
午後	牛乳、動物ビスケット	牛乳、メイプルワッフル	牛乳、かぼちゃ蒸しパン	牛乳、揚げ一番	麦茶、炊き込みご飯	幼児牛乳、おせんべい
	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
午前	牛乳	幼児牛乳	牛乳	幼児牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	ごはん ヒレかつ胡麻ソース せん切り野菜 トマト 秋野菜のミネストローネ ショアストロベリー	ひじき混ぜごはん えびしゅうまい さつまいものシチュー バナナ	鮭ごままぜごはん 切干大根のサラダ かぼちゃ入豆乳豚汁 みかん	おゆうぎかいリハーサル お弁当デー になります	わかめ御飯 筑前煮 ぶりの味噌汁 桃のコンポート	レーズンパン くわやきチキン ブロッコリーサラダ 野菜ころころスープ デザート
午後	牛乳、クッキー	幼児牛乳、ミニアンパン	ワンタンスープ	牛乳、えびせん	マシュマロヨーグルト、ル・ヴァン	幼児牛乳、おせんべい
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
午前	幼児野菜ジュース	牛乳	勤労感謝の日 	牛乳	牛乳	おゆうぎかい
昼食	ソース焼きそば お誕生会 ミートオムレツ ポイルブロッコリー わかめスープ フルーツゼリー	ごはん 小魚佃煮 たららの香り揚げ おひたし 大根汁 バナナ		シーチキンカレーライス コロコロサラダ ゆめヨーグルト 麦茶	五目ごはん さつまいものミルク煮 ブロッコリーのおひたし 麩の味噌汁 果物	パンと飲み物 がでます
午後	幼児牛乳、誕生日ケーキ	りんご、ぱりんこせん、給食チーズ		まめびよココア、サンドイッチ	牛乳、バームクーヘン	
	28(月)	29(火)	30(水)	17日(木) おべんとうデー ★ 3歳未満児は、年に一回のお弁当デーです！お子さんが大好きなおかずを お子さんがいつもたべている量、詰めましょう！ 		
午前	幼児牛乳	牛乳	牛乳			
昼食	ごはん 野菜ビーフン炒めカレー味 マーボー豆腐風スープ 夏みかん缶	ごはん カレイのみりん焼き ぜんまいと野菜のナムル 金時豆の煮豆 しめじと豆腐みそ汁 果物	ごはん ゆかりぶりかけ やわらかイカリングフライ 小松菜とコーンの胡麻和え 南瓜の甘煮 かぶとごぼうのみそ汁 桃のコンポート			
午後	牛乳、バナナ	けんちんうどん	牛乳、黒糖ミルクせんべい			

年長さん
きぼうこんだて



・やきそば
・パフェ
(21日)



・サンドイッチ
(24日)