



# よていこんだて

りす組 うさぎ組

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	りんごジュース	牛乳
昼食	ごはん カレイのみりん焼き スパゲティーのツナサラダ 豆腐みそ汁 バナナ	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き いんげんの胡麻和え ミネストローネスープ パン缶	ごはん さばのみそ煮 ほうれん草とツナの和え物 けんちん汁 青りんごゼリー	そうめん チキンナゲット コールスローサラダ グレープフルーツ	ごはん 鶏肉の唐揚げ きゅうりもみ トマト コンソメスープ メロンゼリー	ごはん ハンバーグ つけあわせ えのきともやしの野菜スープ デザート
午後	果物盛り合わせ	幼児牛乳 野菜クラッカー	牛乳 おせんべい	フルーツポンチ	幼児牛乳 サッポロポテト	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	牛乳	野菜ジュース	牛乳	幼児牛乳
昼食	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ なすのみそ汁 バナナ	ごはん ごましおふりかけ 鮭チーズフライ 梅肉和えゆで野菜 もずくのスープ ミニデザート	ごはん カレー納豆 冷しゃぶと野菜のごまだれ 豆腐とチンゲン菜のすまし汁 桃のコンポート	ごはん 鶏肉のにんにく風味煮 春雨サラダ ヨーグルト いんげんみそ汁	ソース焼きそば シュウマイ ブロッコリーのおひたし 麦茶 すいかゼリー	ごはん 照り焼きチキン キャベツと青菜の磯和え 豆腐のみそ汁 デザート
午後	牛乳 雪の宿せんべい	牛乳 パンチーズクラッカー	三色ゼリー ミレービスケット	牛乳 きな粉ラスク	アイス ハッピーターン	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	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食		ごはん 八宝菜 ポイルブロッコリー 根菜汁 ジョア	しらすとわかめ入りそうめん 鶏肉と野菜の煮物 バナナ	ヘルシービビンバ丼 トマト 豚汁 グレープフルーツ	トマトのハヤシライス ポイルウィンナー おくらのおひたし 野菜ジュース	うどん シュウマイ ピーマンせん切り炒め デザート
午後		牛乳 ムーンライト	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 手作りパンケーキ	牛乳 青のりせんべい	幼児牛乳 おせんべい
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
午前	りんごジュース <b>誕生会</b>	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	幼児牛乳
昼食	担々麺風ごま豆乳そうめん やきポテト フルーツポンチ	ごはん 梅しらすふりかけ カレー肉じゃが わかめ汁 バナナ	ごはん ホッケの塩焼き 卵焼き 青菜おひたし 夏野菜のみそ汁 ヨーグルト	ポークカレーライス 魚と野菜のステーキ ピーマンのツナ和え 野菜ジュース	ごはん 豚の焼き肉 つけあわせ野菜 ふのりの味噌汁 パン缶	ごはん いわしの梅煮 もやしのごま酢和え さやえんどうまめのみそ汁 デザート
午後	ヨーグルト	麦茶 チーズおにぎり	牛乳 ばりんこせんべい	小玉スイカ 揚げ一番	豆乳プリン クラッカー	幼児牛乳 おせんべい
	29(月)	30(火)	31(水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 午前中、飲み物の他に幼児用お菓子が つきます。</li> <li>● りす組は月齢によってメニューが変更になる場合があります。ご了承ください。</li> </ul>		<b>令和6年度目標量エネルギー</b> エネルギー 462 kcal たんぱく質 17.3g 脂質 13.8g 塩分 1.5g <b>今月の一人当たりの栄養量</b> エネルギー 482 kcal たんぱく質 19.4g 脂質 15.9g 塩分 1.7g
午前	牛乳	牛乳	牛乳			
昼食	五目ごはん 鶏肉とごぼうきんぴら風 かぼちゃ甘煮 なめこ汁 グレープフルーツ	冷やしたぬきうどん 肉団子 きゅうりゴマ酢 もやしと人参のナムル コンポート	ごはん 焼サケ 冷やし汁 トマトのツナ和え オレンジゼリー			
午後	牛乳 コーンパン	カルピス ばかうけ	牛乳 食べる小魚 給食チーズ			

なんちょうさん  
ちほろこんだて



マカロニサラダ  
(5日年長児お楽しみ会)  
凍ったプリンゼリー  
(26日)