

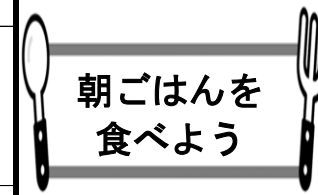


よていこんだて

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 | 幼児牛乳 | 幼児牛乳 | 牛乳 | 幼児牛乳 | 幼児牛乳 | |
| 昼食 | 親子丼 塩昆布野菜 わかめ汁 ミニデザート | ごはん ぶりかけ コーンシュマイ 中華サラダ キャベツたっぷり豚汁 ヨーグルト | 挽肉カレーライス コールスローサラダ ミニデザート 麦茶 | 三色ごはん(鮭・卵・青菜) 切干大根の炒め煮 しめじと豆腐のみそ汁 オレンジ | ロールパン ハンバーグ つけあわせ コーンポタージュ 桃のコンポート | 中華丼 豆腐のスープ デザート | |
| 午後 | 牛乳 塩分カットえびせん | 牛乳 チョコスクッキー | 牛乳 バナナ | 牛乳 ミニアンパン | 牛乳 鏡せんべい | 幼児牛乳 おやつ | |
| | 8(月) | 9(火) | 10(水) | 11(木) | 12(金) | 13(土) | |
| 午前 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 幼児牛乳 | |
| 昼食 | ごはん 肉団子野菜あんかけ さつま芋の味噌汁 パイン缶 | ごはん ポークチャップ はんぺんとチンゲン菜の すまし汁 グレープフルーツ | ごはん いわしの梅煮 キャベツと青菜の磯和え けんちん汁 オレンジ | 卵うどん 鶏つくねと野菜の煮物 ゼリー | ごはん ほっけの焼魚 ふくたちの胡麻和え なめこみそ汁 バナナ | ポークカレーライス コールスローサラダ オレンジジュース | |
| 午後 | 豆乳プリン ミレービスケット | 牛乳 ホームパイ | ヨーグルト | 牛乳 かぼちゃ蒸しパン | 牛乳 ミニメロンパン | 幼児牛乳 おやつ | |
| | 15(月) | 16(火) | 17(水) | 18(木) | 19(金) | 20(土) | |
| 午前 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 幼児りんご 誕生会 | 幼児牛乳 | |
| 昼食 | ごはん 白身魚のフライ レタス ゆでブロッコリー ミネストローネ風スープ ゼリー | ハヤシライス 春野菜のしらす和え ジョア | ごはん 鶏肉のごま味噌焼 春雨サラダ 豆腐すまし汁 オレンジ | ごはん 海苔佃煮 マカロニグラタン ブロッコリーのおひたし エリンギのスープ ミニデザート | 春野菜の豆乳うどん やきポテト フルーツポンチ  | ロールパン 照り焼きチキン フレンチサラダ デザート ころころスープ | |
| 午後 | 牛乳 ホットケーキ | 幼児牛乳 サラダせんべい | 麦茶 わかめおにぎり | 牛乳 ベジたべる | 牛乳 お誕生日ケーキ | 幼児牛乳 おやつ | |
| | 22(月) | 23(火) | 24(水) | 25(木) | 26(金) | 27(土) | |
| 午前 | 牛乳 | 牛乳 おにぎりデー  | 牛乳 | 牛乳 | 飲むヨーグルト | 幼児牛乳 | |
| 昼食 | ごはん ぶりのステーキ ゴマドレ水菜サラダ キャベツのみそ汁 ミニデザート | ミートオムレツ マカロニサラダ 玉ねぎみそ汁 グレープフルーツ | なると入りうどん 肉じゃが バナナ | ごはん 鶏肉のにんにく風味煮 ブロッコリーサラダ トマトと卵のスープ ヨーグルト | ひじき混ぜごはん ポイルウイナー 春野菜のシチュー オレンジ | ごはん 野菜炒め 根菜汁 デザート | |
| 午後 | 牛乳 ビスケットパン | 牛乳 豆乳ビスケット | カラフルゼリー 食べる小魚 | 幼児牛乳 スティックチーズパイ | 牛乳 マカロニきな粉 | 幼児牛乳 おやつ | |
| | 29(月) | 30(火) | <ul style="list-style-type: none"> ● 午前中、飲み物の他に幼児用お菓子がつきます。 ● 23日(火)はおにぎりデー(うさぎ組)です おにぎりをお願いします。おかず・汁物・デザートは園から出ます。 *りす組は10月からになります。 ● 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。 | | | 令和6年度目標量エネルギー エネルギー 462kcal たんぱく質 17.3g 脂質 13.8g 塩分 1.5g 今月の一人当たりの栄養量 エネルギー 474kcal たんぱく質 19.0g 脂質 17.1g 塩分 1.5g | |
| 午前 | 牛乳 | | | | | | |
| 昼食 | 昭和の日 ごはん 手作りツナぶりかけ 野菜カレー味ビーフン炒め マーボー豆腐風スープ グレープフルーツ | | | | | | |
| 午後 | 麦茶 焼きおにぎり | | | | | | |



朝ごはんを食べないと元気が出ません。朝ごはんには脳と体を目覚めさせ、体温をあげる働きがあるからです。朝は食欲がないというお子さんもいると思いますが、食べやすいものを少量からでもとる習慣をつけていけるといいですね。

