

令和8年6月 あおぞら保育園 献立表

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
ごはん 親子煮 磯辺和え バナナ じゃが芋のみそ汁 牛乳 マカロニあべかわ	ごはん 豚肉の生姜炒め スマイルポテト りんご缶 豆腐のみそ汁 牛乳 ビスコ	ごはん 鮭のゴマ照り焼き きんぴらごぼう オレンジ かきたま汁 牛乳 チーズトースト	スパゲッティミートソース アスパラサラダ キウイ コンソメスープ 牛乳 青のりポテト	菜飯 白身魚フライ ブロッコリーのおかかマヨ和え パイン缶 麩のみそ汁 牛乳 ロールケーキ
8	9	10	11	12
二色丼 ポテトサラダ オレンジ 豚汁 牛乳 シュガートースト	カレーライス コールスローサラダ パイン缶 玉子スープ 牛乳 手作りゼリー	ごはん さばの塩焼き 枝豆とひじきの炒り煮 バナナ ほうれん草のみそ汁 牛乳 人参のホットケーキ	ふりかけごはん 洋風玉子焼き ツナマカロニサラダ りんご缶 もやしのみそ汁 牛乳 バナナヨーグルト	ごはん ささみフライ 春雨サラダ キウイ しめじのみそ汁 牛乳 バームクーヘン
15	16	17	18	19
ごはん 鶏肉の照り焼き ビーフンソテー りんご缶 油揚げのみそ汁 牛乳 トライフル	ごはん チリコンカン ささみとキャベツの和え物 オレンジ コンソメスープ 牛乳 アスパラガスビスケット	ごはん 白身魚のバターしょうゆ焼き 信田和え バナナ なめこ汁 牛乳 フライドポテト	ごはん アジフライ たまごサラダ パイン缶 えのきのみそ汁 牛乳 いちごジャムサンド	ごはん 肉じゃが 錦糸和え 納豆 ワカメのみそ汁 牛乳 バナナ
22	23	24	25	26
ごはん 麻婆豆腐 三色ナムル バナナ ワカメスープ 牛乳 麩ラスク	ワカメごはん ポテト入り玉子焼き マカロニサラダ キウイ もやしのみそ汁 牛乳 クレープ	ツナカレー 花野菜サラダ りんご缶 春雨スープ 牛乳 手作りゼリー	ごはん さばのみそ煮 切干大根の煮物 オレンジ 豆腐のすまし汁 牛乳 ホットケーキ	ごはん 鶏肉の唐揚げ キャベツと春雨のサラダ パイン缶 小松菜のみそ汁 牛乳 スティックパン
29	30			
ジャージャー麺 ブロッコリーサラダ キウイ 中華スープ 牛乳 みかんヨーグルト	ごはん 野菜いろいろ肉団子 チーズポテトサラダ バナナ 厚揚げのみそ汁 牛乳 ブルーベリージャムサンド			

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー575kcal たんぱく質23.5g カルシウム260mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー569kcal たんぱく質23.8g カルシウム261mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。