



## 6月予定及び献立表

2024年5月20日  
白川敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	献立	材料	献立	材料	おやつ
15	土				豚丼 お浸し みそ汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、かまぼこ、青ねぎ ほうれん草、白菜、しめじ、人参 麩、わかめ、青ねぎ			★●ホットケーキ ●牛乳
16	日								
17	月	避難訓練			鶏肉の甘辛揚げ付野菜 白和え みそ汁	鶏肉 ブロccoli、ポン酢 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、こんにやく、ごま キャベツ、じゃが芋、青ねぎ			●プリン せんべい ●牛乳
18	火	E~たいむ			★●豆腐の松風焼き付野菜 切干大根煮 みそ汁	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青葱、卵、パン粉、牛乳、味噌、ごま かぼちゃ 切干大根、人参、油揚げ、しらたき、いんげん ほうれん草、もやし			★●スイートプール ●牛乳
19	水	E~たいむ			★●鯛ムニエルタルタルソース付野菜 じゃこサラダ きのこスープ	鯛、小麦粉、バター、卵、マヨネーズ ほうれん草、コーン ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 えのき茸、しめじ、玉ねぎ			おはぎ ●牛乳
20	木	体育あそび			ひじきご飯 鯖の塩焼き付野菜 ★高野豆腐の卵とじ みそ汁	鶏肉、ひじき、油揚げ、人参 鯖、ほうれん草 高野豆腐、卵、玉ねぎ、人参、三つ葉 キャベツ、もやし、青ねぎ			フライドポテト ●牛乳
21	金	Keiai動物園 シーツ交換 (乳児)			鶏のから揚げレモンソース 大豆サラダ みそ汁	鶏肉、レモン ブロccoli 大豆、キャベツ、きゅうり、人参 玉ねぎ、豆腐、青ねぎ			うどん ●牛乳
22	土	スイミング (きりん) シーツ交換 (くま・いぬ)			豚肉とキャベツのみそ炒め ★●ばんさんすう ★卵とコーンのスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、甜麺醬 ハム、きゅうり、人参、もやし 卵、クリームコーン缶、玉ねぎ、青ねぎ			●アメリカンドッグ ●牛乳
23	日								
24	月								
24	月	誕生会			●チキンカレー(玄米ご飯) キャベツとパインのサラダ ゼリー	玄米、鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン ゼリー			★●パースディケーキ ●牛乳
25	火	E~たいむ			●肉団子の甘酢あんかけ ナムル ビーフンスープ	肉団子、玉ねぎ、人参、ピーマン ほうれん草、人参、もやし、ごま油 玉ねぎ、ビーフン、干し椎茸、青梗菜			★●お好み焼き ●牛乳
26	水	E~たいむ 習字(きりん)			★●てりやきハンバーグ付野菜 ツナサラダ みそ汁	合挽ミンチ、玉ねぎ、卵、パン粉、牛乳 ブロccoli ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 豆腐、なす、青ねぎ			●フルーツヨーグルト ★●バームクーヘン
27	木	体育あそび			わかめご飯 鮭の西京焼付野菜 ひじき煮 豚汁	わかめ 鮭、味噌 ほうれん草 ちりめんじゃこ、ひじき、大豆、人参、しらたき、いんげん 豚肉、大根、人参、ごぼう、じゃが芋、青ねぎ			●豆腐ドーナッツ ●牛乳
28	金				★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ツナ、きゅうり、トマト、錦糸卵 かぼちゃ、竹輪、てんぷら粉 バナナ			中華おこわ ●牛乳
29	土	夏まつり			焼きそば風スパゲティ 中華サラダ 中華スープ	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、ピーマン、ソース ささみ、ブロccoli、コーン、きゅうり 大根、玉ねぎ、青ねぎ			五平餅 ●牛乳
30	日								

- は乳、★は卵を使用している献立です。
- 献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。
- アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- 乳児クラスは朝おやつとしてせんべい、クッキーなどを提供します。

### 今月の1人当たりの栄養量(3歳児以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	593	22.2	16.5	259	2.5	214	0.32	0.36	23	3.6	1.6
平均	598	21.9	18	258	2.2	202	0.37	0.42	19	4.3	1.7