

# 令和3年 6月 献立表

えるむ認定こども園

花ぐみ

5月31日発行

月	火	水	木	金	土
	1 ごはん 味噌汁 ほっけの照り焼き 生揚げの味噌炒め パイ 人参カップケーキ 牛乳	2 関西風うどん 野菜かき揚げ 牛乳 バナナ お好み焼き 麦茶	3 ハムサンド パンプキンスープ スペイン風オムレツ ごぼうのサラダ キウイ 昆布おにぎり 麦茶	4 ごはん けんちん汁 鶏肉のさっぱり煮 小松菜のなめ茸和え オレンジ みそポテト 牛乳	5 ミートスパゲティ 麦茶 バナナ ホットケーキ 牛乳
	7 チーズ野菜カレー チンゲン菜スープ 切干大根サラダ キウイ ヨーグルトケーキ 牛乳	8 ごはん 味噌汁 鶏肉の照り焼き 白菜ののり和え りんご ココアミルクゼリー 牛乳	9 ごはん 味噌汁 豆腐のサクサクフライ 炒め納豆 パイ パンブディング 牛乳	10 中華丼 わかめスープ 春雨サラダ キウイ ポテトお焼き 牛乳	11 ごはん 味噌汁 鮭のコーンマヨネーズ焼き マカロニソテー オレンジ かぼちゃケーキ 牛乳
14 ごはん 味噌汁 肉豆腐 白菜のなめ茸和え りんご スイートポテト 牛乳	15 ふりかけごはん コンソメスープ タンドリー風チキン 和風ツナサラダ オレンジ フルーツポンチ 牛乳	16 ごはん ひじきの味噌汁 はんぺんのチーズフライ ほうれん草のおかか和え パイ おからケーキ 牛乳	17 ごはん 味噌汁 さばの塩焼き がんもの含め煮 キウイ きなこマカロニ 牛乳	18 ミニ食パンデニッシュ 豆乳スープ ポパイミートローフ ポテトサラダ りんご きつねおにぎり 麦茶	19 冷やし五目うどん 麦茶 バナナ カルピス蒸しパン 牛乳
21 ハヤシライス 野菜入りわかめスープ キャベツとツナのサラダ パイ アップルゼリー 牛乳	22 天とじ丼 味噌汁 ひじきの和風サラダ オレンジ ココアトースト 牛乳	23 ごはん 白菜スープ マーボー豆腐 ナムル りんご バナナマフィン 牛乳	24 ごはん オニオンスープ ポークチャップ かむかむサラダ キウイ 和風スパゲティソテー 牛乳	25 ごはん 味噌汁 たらの揚げおろし煮 インゲンと人参のごま和え パイ ごまおこし 牛乳	26 焼きそば 麦茶 バナナ パンケーキ 牛乳
28 大豆入りじゃこ御飯 清汁 肉じゃが 小松菜の和え物 オレンジ マーブルケーキ 牛乳	29 ビビンバ丼 春雨スープ トマトとレタスのサラダ キウイ 小魚とチーズ 牛乳	30 ごはん 味噌汁 とり天 納豆と胡瓜の和え物 パイ バナナソフトクッキー 牛乳			

(3才未満児)エネルギー 491 kcal たんぱく質 17.4 g  
 (以上児)エネルギー 557 kcal たんぱく質 20.6 g

※都合により献立を変更させていただくことがありますのでご了承下さい。何かご心配、お気づきの点などございましたら、お知らせ下さい。