

令和4年（2022年）6月 熊本市立保育所給食献立

2022年6月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	 		1 牛乳、ポーロ	2 牛乳、ウエハース	3 牛乳、コーンフレーク	4 牛乳、ビスケット
昼食			飯、じゃがいものすまし汁、松風焼き、じゃこ和え	飯、豆腐のみそ汁、具たくさんオープン焼き、切干し含め煮	飯、白菜のすまし汁、豚肉の生姜焼き、きゅうりの酢物	飯、鶏ごぼう丼、豆腐ときゃべつのみそ汁
午後			牛乳、バナナの黄粉あえ	牛乳、おかかおにぎり	牛乳、かぼちゃクッキー	牛乳、バナナ、かりんとう
午前	6 牛乳、クラッカー	7 牛乳、ポーロ	8 牛乳、みかん缶	9 牛乳、ウエハース	10 牛乳、ビスケット	11 牛乳、せんべい
昼食	飯、ハヤシライス、はるさめサラダ、すいか	飯、豆腐としめじのみそ汁、米粉ムニエル、小松菜の菜焼き、バナナ	飯、たまねぎみそ汁、レバーのから揚げごま風味、ほうれんそうの磯和え	飯、ふとにんじんのすまし汁、魚のみそ漬け焼き、スパゲティサラダ、オレンジ	飯、えのきの中華スープ、バンバンジー、かぼちゃの甘煮	飯、豆腐の柔らか煮、大根のみそ汁
午後	牛乳、大豆甘煮	牛乳、セルフジャムサンド	牛乳、人参ケーキ	牛乳、くずもち	牛乳、フレーク和え	牛乳、わかめおにぎり
午前	13 牛乳、ポーロ	14 牛乳、ビスケット	15 牛乳、ウエハース	16 牛乳、コーンフレーク	17 牛乳、せんべい	18 牛乳、クラッカー
昼食	飯、そぼろにゃく丼、もやしと青菜のナムル、オレンジ	飯、かぼちゃのみそ汁、魚のさくら焼き、人参含め煮、バナナ	飯、ビーフンすまし汁、厚揚げみそ煮、土佐酢和え風	飯、もやしのみそ汁、煮魚、炒めきゅうり、オレンジ	飯、豆乳コーンスープ、鶏肉の唐揚げ、キャベツのごま和え	飯、麻婆丼、具たくさんスープ
午後	牛乳、ちんすこう	牛乳、麩のラスク	牛乳、ヨーグルト（鉄強化）、かりんとう	牛乳、ココアクッキー	牛乳、マカロニあべ川	牛乳、ゆかりおにぎり
午前	20 牛乳、ウエハース	21 牛乳、ポーロ	22 牛乳、ビスケット	23 牛乳、コーンフレーク	24 牛乳、クラッカー	25 牛乳、せんべい
昼食	飯、ポークビーンズカレー、夏ピクルス、メロン	飯、肉団子スープ、天平の含め煮、バナナ	飯、なすのみそ汁、炒り鶏、納豆和え	飯、ふとたまねぎのみそ汁、魚のマヨネーズ焼き、ブロッコリーサラダ	飯、豆腐すまし汁、干草焼き、金平	飯、豚肉と野菜の華風炒め、かぼちゃの中華スープ
午後	牛乳、ヨーグルトパンケーキ	牛乳、ゆでとうもろこし、ビスケット	牛乳、いなりおにぎり	牛乳、お芋の天ぷら	牛乳、冷やし煮豆	牛乳、ジャム入りケーキ
午前	27 牛乳、ポーロ	28 牛乳、ビスケット	29 牛乳、ウエハース	30 牛乳、クラッカー	【1か月平均栄養素量】 《未満児（主食込み）》 《以上児（主食なし）》 エネルギー 464 kcal エネルギー 387 kcal たんぱく質 19 g たんぱく質 19.7 g 脂質 14.6g 脂質 16.3 g	
昼食	飯、ひじき丼、夏野菜サラダ、すいか	飯、キャベツみそ汁、魚の和風マリネ、じゃがいものおかか煮、オレンジ	飯、さつまいものみそ汁、豚肉と豆腐のチャンプルー、青菜とコーンのごま和え	飯、チンゲンサイのスープ、タンドリーチキン、もやし炒め、バナナ		
午後	牛乳、もちもちチーズパン	牛乳、ペンネナポリタン	牛乳、りんごゼリー、カルシウム強化せんべい	牛乳、菓子パン		

※午前のおやつは未満児のみ、以上児の昼食はご飯持参となります

※行事及び保育等の都合上、献立が変更になることがあります