

津幡町立保育園 食事&間食 献立表

平成30年7月号

| 日 曜 | 予 定 献 立 名 | 午後の間食 | 未満児付加食 |
|--------|--|-----------------|----------|
| 2 月 | マーボーなす かぼちゃサラダ ウィンナー トマト | 牛乳 くだもの菓子 | 牛乳 ビスケット |
| 3 火 | 豆腐ハンバーグ じゃが芋のみそ汁 ごまオクラ | 果汁 菓子 | 牛乳 あられ |
| 4 水 | 鮭フライ 具だくさん汁 きゅうりの梅あえ 果物 | 牛乳 ミルクもち | 牛乳 せんべい |
| 5 木 | しゅうまい わかめのスープ 青菜のソテー チーズ | 牛乳 菓子 | 野菜ゼリー |
| 6 金 | *白ごはんをもってきてね ピビンバ セタそうめん汁 果物 | 牛乳 セタゼリー | 牛乳 ビスケット |
| 7 土 | 豆パン 野菜スープ 果物 | ◆ | せんべい |
| 9 月 | 肉じゃが もやしナムル ブロッコリー ひじきふりかけ | 牛乳 菓子 | ゼリー |
| 10 火 | 鶏肉の照り焼き キャベツのみそ汁 カラフルサラダ 果物 | 牛乳 ウィンナードッグ | 牛乳 あられ |
| 11 水 | 高野豆腐の野菜あんかけ わかめのみそ汁 いりこ チーズ | 牛乳 くだもの菓子 | 牛乳 せんべい |
| 12 木 | ☆空弁当箱の日☆ 煮込みハンバーグ 春雨サラダ とうもろこし 果物 | ヨーグルト | 牛乳 ビスケット |
| 13 金 | 白身魚のムニエル コンソメスープ 夏野菜のみそ炒め | 牛乳 にんじん蒸しパン | 牛乳 せんべい |
| 14 土 | そうめん ウィンナー スティックきゅうり | ◆ | せんべい |
| 16 月 | ◇ 海 の 日 ◇ | ◆ | ◆ |
| 17 火 | 車麩の煮もの 太きゅうりの酢のもの かぼちゃ天ぷら 肉そぼろ | 牛乳 くだもの菓子 | 牛乳 ビスケット |
| 18 水 | 納豆はるまき ふかしのみそ汁 青菜ごまあえ 果物 | 牛乳 菓子 | ヨーグルト |
| ★ 19 木 | 魚のマヨネーズ焼き ミネストローネ スティックきゅうり ひじきふりかけ | 牛乳 金時草おにぎり | 牛乳 せんべい |
| 20 金 | ポークビーンズ マカロニサラダ ブロッコリー いりこ | 牛乳 冷凍みかん | 牛乳 ビスケット |
| 21 土 | サンドイッチ 牛乳 果物 | ◆ | せんべい |
| 23 月 | 白身魚のかば焼き風 春雨スープ 青菜のおかか和え | 牛乳 クラッカー チーズ | 牛乳 せんべい |
| 24 火 | *白ごはんをもってきてね 夏野菜カレー コールスローサラダ 果物 | 鉄強化ゼリー 菓子 | 牛乳 あられ |
| 25 水 | ひまわりパイ なめこのみそ汁 枝豆 トマト | 牛乳 ジャムサンド | ヨーグルト |
| 26 木 | *白ごはんをもってきてね ドライカレー 玉ねぎのさわやかサラダ チーズ | フルーツポンチ 菓子 | 牛乳 あられ |
| 27 金 | 豚肉の竜田揚げ スープ 切干大根煮 トマト チーズ | スイカ | 牛乳 ビスケット |
| 28 土 | スパゲティナポリタン スティックきゅうり 牛乳 | ◆ | あられ |
| 30 月 | 鶏肉と夏野菜のさっぱり煮 豆腐のみそ汁 枝豆 | 牛乳 菓子 | くだもの |
| 31 火 | スパゲティ炒め 麩のみそ汁 トマト 肉そぼろ | ヨーグルト 菓子 | 牛乳 せんべい |

☆ 毎月19日は食育の日

*都合により献立を変更することがあります。

<1日平均栄養価> 以上児 I補給 -362kcal たんぱく質16.0g 脂肪18.4g 加糖量272mg 食塩 1.8g
未満児 I補給 -526kcal たんぱく質18.9g 脂肪19.8g 加糖量370mg 食塩 1.6g