

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(3, 4, 5歳児) 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	サンドイッチ 牛乳 果物	◆	せんべい
16 月	◇ 海 の 日 ◇	◆	◆
17 火	*白ごはんをもってきてね(3, 4, 5歳児) 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
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	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
21 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
23 月	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
24 火	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
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	*ご飯は保育園で炊こうね 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
27 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
28 土	そうめん ウィンナー スティックきゅうり	◆	せんべい
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	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

☆ 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 カルシウム272mg 食塩 1.8g
未満児 I補給 -526kcal たんぱく質18.9g 脂肪19.8g カルシウム370mg 食塩 1.6g