



2019年6月ランチメニュー



今月の栄養量
 エネルギー：596Kcal
 たんぱく質：21.6g
 脂質：17.7g
 塩分：1.8g

旬の食材
 ・梅干し
 ・絹さや
 ・セロリ
 ・パイナップル



～「和ごはん」を
 取り入れよう～
 からだにやさしい
 「和食」中心の食事を
 提供しています。

※18日の食体験、19日の食育は5歳児さんが対象です。

新田保育園

月	火	水	木	金	土
					1
 <p>レシピ改良 6/14 鶏肉のトマト煮 事業所勤務の栄養士チームが レシピの改良を行い よりおいしくなりました！</p>					かやくうどん 南瓜煮 チーズ パウムクーヘン 牛乳
3	4	5	6	7	8
ごはん さばの塩焼き 切干大根煮 青菜とえのきの味噌汁 クラッカーサンド 牛乳	☆虫歯予防デー献立☆ 発芽玄米ごはん 納豆かき揚げ 小松菜のおかか和え しめじと麩の味噌汁 ちんすこうとおしゃぶり昆布 牛乳	ウィナーピラフ ブロccoliーサラダ コンソメスープ せんべい(ぼた)とラムネ 牛乳	ごはん 白身魚の煮付け キャベツの酢の物 玉葱とほうれん草の味噌汁 みたらしだんご お茶	ごはん 八宝菜 春雨の中華和え 豆腐とわかめのスープ シュガートースト 牛乳	醤油ラーメン 青菜のナムル オレンジ 紅茶ケーキ 牛乳
10	11	12	13	14	15
ごはん 鶏肉の塩麹焼き 高野豆腐煮 うす揚げと小松菜の味噌汁 豆乳ミルク餅 牛乳	アマランサスごはん 牛肉と厚揚げの味噌煮 ほうれん草のごま和え 麩と玉葱のすまし汁 フライドポテト 牛乳	きつねうどん 南瓜煮 パイナップル ホットドック 牛乳	ごはん カラフトししゃものムニエル マカロニサラダ キャベツとしめじのスープ ぶどうゼリーとチーズ 牛乳	ミネラルロール 鶏肉のトマト煮★ グリーンサラダ★ コンソメスープ おにぎりとしぱーの甘辛煮 お茶	スパゲティナポリタン 貝だくさんスープ バナナ 黒糖ケーキ 牛乳
17	18	19	20	21	22
ごはん 鮭のしょうゆバター焼き ひじき煮 青菜と玉葱の味噌汁 豆腐ドーナツ 牛乳	☆キッズアニマルランド☆ コアラカレー ブロccoliーサラダ みかん缶  ☆食体験：カレートッピング☆ ポップコーン 牛乳	☆食育：梅干し(しそ)☆ 梅ごはん 鶏肉の照り焼き さつま芋と切り昆布の煮物 そうめんの味噌汁 小倉サンド 牛乳	ごはん 柳川風煮 セロリと胡瓜の酢の物 大根とわかめの味噌汁 コーンフレーク 牛乳	☆お誕生日会☆ ハムピラフ 煮込みハンバーグ マカロニサラダ アスパラとプチトマト コンソメスープ お祝いケーキ アップルジュース	焼きそば 貝だくさん味噌汁 ゼリー 牛乳ケーキ 牛乳
24	25	26	27	28	29
アマランサスごはん 豚肉の生姜炒め ほうれん草の和え物 豆腐とわかめの味噌汁 麩のラスクとオレンジ 牛乳	ごはん 肉じゃが 青菜のおかか和え もやしと白菜の味噌汁 フルーツヨーグルトとせんべい(ぼり) お茶	ごはん 白身魚の南部焼き 胡瓜とちくわの梅のり和え 豆乳味噌汁 メロントースト 牛乳	麦ごはん 肉豆腐 ポテトのマヨドレ焼き かき玉汁 キャロットケーキ 牛乳	水無月の祓 ごはん 鶏肉のピザ焼き ひじきサラダ 玉葱とほうれん草のスープ 水無月 お茶	味噌ラーメン 小松菜のナムル りんご パウムクーヘン 牛乳