2022



6月の献立



とろポポロ保育園

	乳児食						
	曜口	午前おやつ	昼食		午後おやつ	エネルギー	
П	PIE LI	干削のペン	献立名	材料	一位のでう	たんぱく質	
-	-le	牛乳	ポークカレーライス 白菜のツナサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳	牛乳	449kcal	
1	水	ビスケット	オレンジ	白菜 オレンジ	きなこ玉 パイン	15. 1g	
2		牛乳	ご飯 かぼちゃのグラタン風	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ 牛乳 ブロッコリー 人参 ワカメ 豆腐	牛乳	495kcal	
	木	せんべい	マカロニサラダ スープ		お好み焼き	16. 1g	
		牛乳	鉄分強化!ふりかけご飯 カラスカレイのごま焼き	W + + 1 / T + * .º - 1	牛乳	421kcal	
3	金		切干大根煮 すまし汁 バナナ	木 カラスカレイ 玉ねさ ハフリカ 豚肉 人参 焼ふ しめじ バナナ	」。 ふんわりどら焼き	15. 2g	
-	±	牛乳	納豆ごはん 鶏ささみの中華風	米 鶏肉 ブロッコリー キャベツ 人参 ほうれん草 玉子	牛乳 かぼちゃもち	437kca1	
4							
-	月		キャベツのツナ煮みそ汁	10.7 July 10.7	鉄強化チーズ	23. 6g	
6		牛乳	ご飯 豚肉の玉ねぎソース	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 小松菜 玉子 大根	牛乳	421kcal	
			小松菜の玉子サラダ みそ汁		手作りプリン	17. 7g	
7	火	牛乳	牛乳 冷やし鶏うどん さつま芋のコロコロ焼き	うどん 鶏肉 白菜 トマト さつま芋 きゅうり オレンジ	牛乳	392kcal	
		せんべい	オレンジ		中華おこわ風炊き込みごはん	11. 1g	
8	水	牛乳 ご	ご飯 助宗タラの和風焼き	米 助宗タラ 玉ねぎ 鶏肉 人参 なすバナナ	牛乳	403kcal	
		ビスケット	炒り粉豆腐 みそ汁 バナナ		フレンチトースト	17. 3g	
9	木	牛乳	彩り手まり寿司 ひとくちチキンカツ みそ汁	米 玉子 鶏肉 人参 白菜 きゅうり かぼちゃ ワカメ オレンジ	牛乳	439kcal	
		せんべい	白菜のコーン和え オレンジ 《イベント給食》		小豆ういろう	17. 7g	
10	金	牛乳	鉄分強化!ふりかけご飯 ツナと小松菜の厚焼き玉子	米 小松菜 玉子 豚肉 大根 焼ふ バナナ	牛乳	439kcal	
			大根のそぼろ煮 みそ汁 バナナ		「乳 洋梨のケーキ	17. 7g	
11	±	牛乳	鶏肉のオイスター丼 ポテトサラダ	ツ 頭内 ナレベル ドルギ しを てんだ	牛乳 白桃	431kcal	
			すまし汁 ヨーグルト	米 鶏肉 キャベツ じゃが芋 人参 玉ねぎ ヨーグルト	さつま芋の黄金焼き	15. 3g	
13	月			·		-	
		牛乳	スパゲティナポリタン ほうれん草とコーンのマヨサラダ 		牛乳 じゃこおにぎり	390kca1	
14	火		みるくスープ	米 鮭 人参 玉ねぎ チンゲン菜 玉子 大根	塩もみきゅうり	14. 2g	
		牛乳	ご飯 鮭のサクサクフライ		牛乳 寒天	422kcal	
		せんべい	野菜の玉子ソテー みそ汁 黄桃		鉄カルシウムウエハース	17. 0g	
15	水	牛乳	乳 ポークカレーライス 白菜のツナサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 牛乳 白菜	牛乳	449kcal	
10		ビスケット オレンジ	オレンジ	きなこ玉 パイン	15. 1g		
16	木	牛乳	牛乳 ご飯 かぼちゃのグラタン風	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ 牛乳	牛乳	495kcal	
10		せんべい	マカロニサラダ スープ	ブロッコリー 人参 ワカメ 豆腐	お好み焼き	16. 1g	
17	金	牛乳	L 鉄分強化!ふりかけご飯 カラスカレイのごま焼き	米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ 豚肉	牛乳	417kcal	
17		ビスケット	切干大根煮 すまし汁 オレンジ	人参 インゲン 焼ふ しめじ オレンジ	ふんわりどら焼き	15. 3g	
	±	牛乳	納豆ごはん 鶏ささみの中華風	米 鶏肉 ブロッコリー キャベツ 人参 ほうれん草 玉子	牛乳 かぼちゃもち	437kcal	
18			キャベツのツナ煮みそ汁		鉄強化チーズ	23. 6g	
	月	牛乳	ご飯 豚肉の玉ねぎソース		牛乳	422kca1	
20			小松菜の玉子サラダ みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ キャベツ 小松菜 玉子 大根	手作りプリン	17. 6g	
				S 10.1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1			
21	火	牛乳	冷やし鶏うどん さつま芋のコロコロ焼き		牛乳	392kcal	
		せんべい			中華おこわ風炊き込みごはん	11. 1g	
22	水	牛乳	ご飯 助宗タラの和風焼き	木 切がアラ 玉ねこ 満内 ハシ なり	牛乳 	403kcal	
		ビスケット	炒り粉豆腐 みそ汁 バナナ	バナナ	フレンチトースト	17. 3g	
23	木	牛乳	あじさいライス ひとくちチキンカツ みそ汁	米 玉子 鶏肉 人参 白菜 きゅうり かぼちゃ	牛乳	475kcal	
		せんべい	白菜のコーン和え オレンジ 《イベント給食》	ワカメ オレンジ	小豆ういろう	18. 2g	
24	金	牛乳	鉄分強化!ふりかけご飯 ツナと小松菜の厚焼き玉子	米 小松菜 玉子 豚肉 大根 焼ふ バナナ	牛乳	439kcal	
24		ビスケット	大根のそぼろ煮 みそ汁 バナナ		洋梨のケーキ	17. 7g	
0.5	±	牛乳	鶏肉のオイスター丼 ポテトサラダ	米 鶏肉 キャベツ じゃが芋 人参 玉ねぎ	牛乳 白桃	431kcal	
25		せんべい	すまし汁 ヨーグルト	ヨーグルト	さつま芋の黄金焼き	15. 3g	
0.7	月	牛乳	スパゲティナポリタン ほうれん草とコーンのマヨサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン ほうれん草	牛乳 じゃこおにぎり	390kcal	
27		ビスケット	おるくスープ じゃが芋 人参 牛乳		塩もみきゅうり	14. 2g	
H	火		牛乳 ご飯 鮭のサクサクフライ 対	米 鮭 人参 玉ねぎ チンゲン菜 玉子 大根 ワカメ 黄桃	牛乳 寒天	422kca1	
28					鉄カルシウムウエハース	17. 0g	
29	水		************************************	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 牛乳 白菜 オレンジ	牛乳	449kcal	
		ビスケット			きなこ玉 パイン	15. 1g	
30	木	牛乳	ご飯 かぼちゃのグラタン風	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ 牛乳	牛乳	495kcal	
		せんべい	マカロニサラダ スープ	ブロッコリー 人参 ワカメ 豆腐	お好み焼き	16.1g	