



6月のこんだてひょう



宮古保育園
R03・05・25

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 くだもの	2 ビスケット 麦茶	3 胡麻クッキー 麦茶	4 ポーロ 麦茶	5 せんべい 麦茶
昼食		麦ごはん 焼生揚げ アジフライ コールスローサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 胡麻和え 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル 南瓜スープ 果物	麦ごはん 小松菜ソテー 鮭と切干大根のあんかけ ブロッコリーのおかか和え みそ汁 果物	麦ごはん ブロッコリー 肉団子の酢豚風 マカロニサラダ スープ 果物	和風スパゲティ サラダ スープ 果物
午後		ピザトースト 牛乳	さつま芋のソフトクッキー 牛乳	和風蒸しパン 牛乳	豆乳ゼリー	
午前	7 ツナお焼き 麦茶	8 芋もち 麦茶	9 ラスク 麦茶	10 青のりクラッカー 麦茶	11 ビスコ 麦茶	12 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん コーンソテー 肉じゃが 小松菜のツナ和え みそ汁 果物	麦ごはん トマトサラダ 鮭のきのこみそ焼き ひじきの煮物 豆乳汁 果物	麦ごはん 納豆 鶏肉と大豆の揚げ煮 胡瓜のピクルス わかめスープ 果物	麦ごはん ほうれん草のソテー サバのカレー風焼き キャベツのサラダ みそ汁 果物	麦ごはん 鮭フレーク 厚揚げの中華煮 南瓜の甘煮 みそ汁 果物	親子丼 和え物 みそ汁 果物
午後	せんべい 牛乳	もちもちまんじゅう 牛乳	マールケーキ 牛乳	チーズおにぎり 麦茶	Feウエハース ヨーグルト	
午前	14 わかめせん 麦茶	15 野菜ポッキー 麦茶	16 野菜ビスケット 麦茶	17 ポーロ 麦茶	18 ヨーグルト	19 ビスコ 麦茶
昼食	麦ごはん ゆで野菜 ドライカレー サラスパサラダ スープ 果物	おにぎり お浸し ～おにぎりの日～ 焼魚 ポテトサラダ みそ汁 果物	おたんじょうかい	麦ごはん 芋煮 鱈のもやしあんかけ かぼちゃサラダ みそ汁 果物	麦ごはん トマト 麻婆茄子 もやしの胡麻和え スープ 果物	冷やし中華 和え物 牛乳 果物
午後	金時スコーン 牛乳	しょうゆ団子 麦茶	あじさいヨーグルトムース	ココロコーン 牛乳	今川焼き 牛乳	
午前	21 ジャムパン 麦茶	22 蒸しパン 麦茶	23 ウエハース 麦茶	24 くだもの	25 えびせん 麦茶	26 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん ふりかけ 肉団子のホクホク煮 ビーンズサラダ 春雨スープ 果物	麦ごはん 枝豆 さばの竜田揚げ 人参とツナのシリシリ みぞれ汁 果物	麦ごはん アスパラガス ポークビーンズ 小松菜の白和え みそ汁 果物	パン 卵焼き ～パンの日～ 鶏肉と小松菜のクリーム煮 南瓜あんかけ スープ 果物	麦ごはん 大豆煮 チーズオムレツ ひじきの煮物 豆乳スープ 果物	サンドイッチ 牛乳 果物
午後	クッキー 牛乳	卵サンド 牛乳	ご飯せんべい 麦茶	じゃがクッキー 牛乳	もちもちスイートポテト 牛乳	
午前	28 蒸かし芋 麦茶	29 ホットケーキ 麦茶	30 枝豆ビスケット 麦茶	チャレンジクッキング (ばなな・めろん組) 6月30日(水)にばなな・めろん組のお友だちがハンバーグ作りにチャレンジします。三角巾・エプロン・マスクの準備をよろしくお願いいたします。一緒に爪のチェックをお願いします。		
昼食	麦ごはん 椎茸のマヨ焼き チキン南蛮 切干大根煮 みそ汁 果物	麦ごはん マッシュポテト 鮭のムニエル ブロッコリーとちくわのサラダ わかめスープ 果物	麦ごはん 人参クラッセ ハンバーグ さっぱりポテト スープ 果物			
午後	Caせんべい 牛乳	きな粉ラスク 牛乳	焼きビーフン 麦茶			

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。
 ※材料の都合により献立の変更があります。

食育目標 食に関心を持ち、食事の時間を楽しむ。
 0.1.2歳児～ 食事の時間を楽しみに待つ。
 3歳以上児～ 食事の時間を楽しみに待ち、いろいろな食品を味わって食べる。

