

ナーサリーにじいろまむ(一般)

2024年06月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日				
午前						1	牛乳、お菓子			
昼食						野菜そぼろ丼(納豆)、りんご				
午後						牛乳、おにぎり(昆布)				
午前	3	4	5	6	7	8	牛乳、お菓子			
昼食	御飯、すまし汁(じゃがいも・わかめ)、かじきのケチャップあえ、蒸し野菜のサラダ、みかん缶	キッズピピンパ(ごま)、豆腐スープ(わかめ)、甘煮豆(いんげん豆)、オレンジ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・こまつな)、納豆のおとし揚げ、トマトのツナ和え、りんご	御飯、みそ汁(にんじん・あげ)、白身魚の香り蒸し(チンゲン菜)、さつまいものレモン煮、もも缶	御飯、中華スープ(えのき・わかめ)、豚肉とキャベツのみそ炒め、にんじんとみかんのサラダ	てりやき野菜丼、オレンジ				
午後	牛乳、そらまめのケーキ	牛乳、大学かぼちゃ(ごま)	牛乳、おにぎり(さけ、わかめ・ごま)	牛乳、チャーハン(しらす・ひじき)	牛乳、大豆粉のケーキサシ(コーン)	牛乳、焼きもちろこしおにぎり				
午前	10	11	12	13	14	15	牛乳、お菓子			
昼食	御飯、みそ汁(なす・油揚げ)、さばとかぼちゃの焼きもの、いんげんのごま和え(キャベツ)、みかん缶	トマトおこわ(鶏)、豆腐のシチュー、もやしのゆかり和え、バナナ	ゆかり御飯(ごま)、じゃがいものスープ煮、厚揚げの炒め物、ブロッコリーのおかか和え、オレンジ	豚丼、パイン缶		御飯、わかめスープ(もやし)、鶏肉のトマトソース煮、キャベツのフルーツサラダ(もも)、ペイクド里芋(青のり)	御飯、みそ汁(だいこん・あげ)、あじのマリネ、ひじき煮(さつまいも)、りんご			
午後	牛乳、野菜もち(こまつな・きな粉)	牛乳、米粉蒸しパン・さつまいも	牛乳、おにぎり(しらす・ねぎ)	牛乳、ソフトパン(大豆・きな粉)	牛乳、キャロットケーキ(大豆粉・米粉)	牛乳、チヂミ(小松菜・豆腐・ごま)				
午前	17	18	19	20	21	22	牛乳、お菓子			
昼食	御飯、すまし汁(だいこん・あげ)、さわらの蒸しみそ焼き、きゅうりの昆布あえ、みかん缶	さっぱりしらす丼(ごま)、すまし汁(豆腐・わかめ)、鶏レバーの甘辛煮、ゆでブロッコリー、バナナ	御飯、みそ汁(こまつな・さつまいも)、ハンバーグ(大豆)、野菜のツナあえ、パイン缶	御飯、みそ汁(チンゲン菜・わかめ)、たらのごま焼き、じゃが芋きんぴら、もも缶	御飯、豆乳汁、ピーマンの細切り炒め、きゅうりの酢の物(みかん)	焼きビーフン(カレー)、りんご				
午後	牛乳、凍り豆腐のもっちりココアパン	牛乳、米粉蒸しパン・レーズン	牛乳、トマトゼリー、せんべい	牛乳、おやつ・チャーハン(豚肉)	牛乳、米粉のパナナパン(大豆粉)	牛乳、五平餅				
午前	24	25	26	27	28	29	牛乳、お菓子			
昼食	ひじきごはん(えび・ごま)、大豆汁(キャベツ)、ほうれん草のナムル(人参)、バナナ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・わかめ)、さけの塩焼き(添え・いんげん)、卵の花(人参・鶏ひき肉)、オレンジ	御飯、中華スープ(だいこん)、マーボーなす、さつまいもの甘煮、キウイフルーツ	御飯、みそ汁(たまねぎ・えのき)、さわらと人参の煮物、ポテトサラダ、みかん缶	御飯、みそ汁(チンゲン菜・さといも)、鶏つくね(おから)、切干大根のサラダ(しらす干し)、メロン	みそ炒め丼、オレンジ				
午後	牛乳、凍り豆腐のフレンチトースト	牛乳、菜飯おにぎり(しらす)	牛乳、おやつ小魚(ごま)、せんべい	牛乳、豆乳もち	牛乳、かぼちゃの豆腐パン	牛乳、おにぎり(つぶあん)				
日常生活でのポイント	<input type="checkbox"/> パンのように唾液を吸う食材は、食べる前に水分等でのどを潤してから食べさせるようにしましょう。 <input type="checkbox"/> 日常の水分補給は常温のお茶か水など、エネルギー量の少ないものにしましょう。									