

2022年

6月のこんだて

【新庄保育園】

日 付	曜 日	朝間食	昼食	主な材料と体内での働き			昼間食	乳児栄養価		幼児栄養価	
				主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの					
1	水	牛乳 味しらべ ●完了 マンナビスケット	ごはん バーベキューチキン キャベツのコンソメ煮 パイナップル	米	鶏モモ	玉葱 キャベツ 人参 コーン パイナップル	牛乳 あじさいゼリー	エ た 脂 食塩	446 kcal 15.2 g 14.3 g 1.5 g	エ た 脂 食塩	486 kcal 18.1 g 13.9 g 1.5 g
2	木	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 マンナポーロ	ごはん 高野のふわふわ煮 ブロッコリーのドレッシング和え バナナ	米 油	高野豆腐 鶏卵	玉葱 人参 干しいたけ キヌサヤ ブロッコリー 人参 きゅうり バナナ	牛乳 パウンドケーキ	エ た 脂 食塩	489 kcal 19.4 g 16.3 g 1.5 g	エ た 脂 食塩	644 kcal 25.2 g 19.8 g 1.8 g
3	金	牛乳 ビスケット	◆虫歯予防デー◆ 玄米ごはん いわしの天ぷら 金平れんこん りんご	米 玄米 油	いわし天ぷら	れんこん 人参 ピーマン りんご	牛乳 パンせんべい	エ た 脂 食塩	468 kcal 14.0 g 19.0 g 1.1 g	エ た 脂 食塩	591 kcal 18.0 g 24.2 g 1.5 g
4	土	牛乳 カルシウムせんべい	スタミナうどん オレンジ	うどん	豚小間	玉葱 人参 木くらげ インゲン オレンジ	牛乳 ビスコ	エ た 脂 食塩	417 kcal 15.7 g 14.3 g 2.5 g	エ た 脂 食塩	471 kcal 19.5 g 19.5 g 2.9 g
6	月	牛乳 マリービスケット ●完了 鉄入りビスケット	ごはん 豚肉の生姜焼 切り昆布の煮物 味噌汁 りんご	米 油 ごま油 麴	豚ロース きざみあげ	きざみ昆布 人参 小松菜 りんご	牛乳 ココアスコーン	エ た 脂 食塩	492 kcal 17.8 g 17.3 g 2.3 g	エ た 脂 食塩	656 kcal 28.9 g 28.6 g 2.8 g
7	火	牛乳 マンナビスケット	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き 白菜の煮びたし オレンジ	米 油	鶏モモ ちくわ	白菜 人参 オレンジ	牛乳 焼きポテト	エ た 脂 食塩	394 kcal 16.1 g 14.0 g 1.1 g	エ た 脂 食塩	446 kcal 19.8 g 14.7 g 1.2 g
8	水	牛乳 うすやきせんべい ●完了 チーズスティック	★食育★ 食パン イチゴジャム 煮込みハンバーグ 野菜サラダ バナナ	食パン イチゴジャム 白ごま エッグケアマヨ ごま油	ハンバーグ	玉葱 レタス トマト きゅうり バナナ	※お茶 しそ菜飯むすび	エ た 脂 食塩	351 kcal 12.2 g 10.6 g 2.2 g	エ た 脂 食塩	458 kcal 13.8 g 10.2 g 2.8 g
9	木	牛乳 マンナウエハース	ごはん 鮭の塩焼 大根なます 味噌汁 りんご	米	鮭 木綿豆腐	切干大根 人参 わかめ りんご	牛乳 サブレ	エ た 脂 食塩	461 kcal 18.4 g 17.3 g 1.4 g	エ た 脂 食塩	529 kcal 21.4 g 19.3 g 1.5 g
10	金	牛乳 カルシウムせんべい	ごはん ひじきと大豆のかきあげ ほうれん草のおかか和え パイナップル	米 さつまいも 油	蒸し大豆 荒挽きウインナー かつおぶし	ひじき 玉葱 コーン ほうれん草 人参 パイナップル	牛乳 オレンジゼリー	エ た 脂 食塩	539 kcal 16.2 g 12.8 g 1.2 g	エ た 脂 食塩	600 kcal 20.0 g 16.1 g 1.3 g
11	土	牛乳 味しらべ ●完了 マンナポーロ	鶏ごぼう丼 グレープフルーツ	米	鶏モモ	ごぼう 玉葱 人参 キヌサヤ グレープフルーツ	牛乳 マンナビスケット	エ た 脂 食塩	448 kcal 15.5 g 14.3 g 1.0 g	エ た 脂 食塩	507 kcal 19.0 g 15.1 g 1.0 g
13	月	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 マンナビスケット	ごはん ハムカツ オクラの納豆和え りんご	米 油	ハムカツ 納豆	おくら 人参 りんご	牛乳 甘辛いりこ 麴のラスク ●完了 いりこ×ラスク増量	エ た 脂 食塩	469 kcal 17.7 g 16.6 g 1.6 g	エ た 脂 食塩	581 kcal 23.4 g 21.0 g 2.2 g
14	火	牛乳 ビスケット	◇愛情弁当の日（どんぐり） ごはん カレーライス マカロニサラダ バナナ	米 むきメーク 油 カレールー マカロニ エッグケアマヨ	豚小間	玉葱 人参 人参 きゅうり バナナ	牛乳 きなこケーキ	エ た 脂 食塩	634 kcal 19.6 g 21.9 g 1.9 g	エ た 脂 食塩	792 kcal 25.1 g 27.6 g 2.3 g
15	水	牛乳 アスパラガス ●完了 ベビーせんべい	ごはん 鯖のかば焼き風 青梗菜の和え物 味噌汁 オレンジ	米 油	さわら きざみあげ	ちんげん菜 人参 玉葱 オレンジ	牛乳 豆乳クリームサンド	エ た 脂 食塩	463 kcal 19.5 g 15.3 g 2.0 g	エ た 脂 食塩	531 kcal 23.3 g 17.4 g 2.3 g
16	木	牛乳 ビスコ	ごはん 豚肉の味噌炒め 焼きかぼちゃ りんご	米 ごま油	豚小間	玉葱 ピーマン 南瓜 りんご	牛乳 ココアくずもち	エ た 脂 食塩	496 kcal 16.0 g 16.7 g 0.7 g	エ た 脂 食塩	564 kcal 19.4 g 17.1 g 0.9 g
17	金	牛乳 味しらべ ●完了 鉄入りビスケット	ごはん 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーサラダ パイナップル	米 油 エッグケアマヨ 油	鶏モモ	玉葱 人参 きのこ ドライパセリ ブロッコリー コーン パイナップル	牛乳 レモンクッキー	エ た 脂 食塩	536 kcal 16.4 g 23.3 g 1.8 g	エ た 脂 食塩	627 kcal 20.5 g 27.6 g 2.2 g
18	土	牛乳 うすやきせんべい ●完了 ほうれん草と小松菜せんべい	焼きそば オレンジ	焼きそば 油	豚小間	キャベツ 玉葱 人参 もやし あおさ粉 オレンジ	牛乳 ビスケット	エ た 脂 食塩	390 kcal 15.4 g 13.1 g 1.2 g	エ た 脂 食塩	469 kcal 18.9 g 15.7 g 1.3 g
20	月	牛乳 マンナウエハース	ごはん コロッケ いんげんのごま和え グレープフルーツ	米 コロッケ 油 すりごま		インゲン 人参 グレープフルーツ	牛乳 マカロニあべかわ	エ た 脂 食塩	432 kcal 12.9 g 13.1 g 0.8 g	エ た 脂 食塩	504 kcal 15.4 g 14.5 g 1.1 g
21	火	牛乳 カルシウムせんべい	◇愛情弁当の日（さくら） ごはん 鯿の照り焼き キャベツの甘酢和え 味噌汁 りんご	米	アジ ちくわ	キャベツ 人参 大根 りんご	牛乳 スコーン	エ た 脂 食塩	526 kcal 19.2 g 13.1 g 2.0 g	エ た 脂 食塩	554 kcal 22.0 g 15.6 g 2.0 g
22	水	牛乳 マリービスケット ●完了 マンナポーロ	五目うどん さつまいもサラダ パイナップル	うどん さつまいも エッグケアマヨ	鶏モモ	玉葱 人参 干しいたけ 青葱 人参 枝豆 パイナップル	※お茶 菜飯むすび	エ た 脂 食塩	408 kcal 12.6 g 11.6 g 2.2 g	エ た 脂 食塩	442 kcal 13.1 g 10.4 g 2.5 g
23	木	牛乳 マンナビスケット	◇愛情弁当の日（あさがお） ごはん 豚肉のケチャップ炒め 小松菜のお浸し バナナ	米 油	豚小間 かつおぶし	玉葱 ピーマン 小松菜 人参 バナナ	牛乳 青りんごゼリー	エ た 脂 食塩	443 kcal 14.9 g 13.1 g 0.7 g	エ た 脂 食塩	532 kcal 18.7 g 14.4 g 1.0 g
24	金	牛乳 うすやきせんべい ●完了 小魚せんべい	◇愛情弁当の日（かえで） ごはん 鶏肉の塩麹焼き 拌三絲 オレンジ	米 春雨 ごま油	鶏モモ	きゅうり 人参 オレンジ	牛乳 フレンチトースト	エ た 脂 食塩	453 kcal 16.8 g 15.4 g 0.7 g	エ た 脂 食塩	573 kcal 21.6 g 18.9 g 0.9 g
25	土	牛乳 アスパラガス ●完了 マンナウエハース	豚丼 りんご	米	豚小間	玉葱 人参 青葱 りんご	牛乳 カルシウムせんべい	エ た 脂 食塩	499 kcal 17.4 g 14.0 g 1.0 g	エ た 脂 食塩	627 kcal 20.6 g 15.1 g 1.3 g
27	月	牛乳 ビスコ	ごはん とんてき 切干し大根の煮物 味噌汁 オレンジ	米 麴	豚ロース きざみあげ	切干大根 人参 グリーンピース 玉葱 オレンジ	牛乳 クッキー	エ た 脂 食塩	600 kcal 19.9 g 25.7 g 1.9 g	エ た 脂 食塩	774 kcal 29.9 g 36.5 g 2.1 g
28	火	牛乳 味しらべ ●完了 マンナビスケット	ごはん 麻婆豆腐 ひじきの酢の物 バナナ	米 油	木綿豆腐 豚小間 大豆たんぱく	玉葱 人参 青葱 ひじき 人参 コーン バナナ	※お茶 おかかおにぎり	エ た 脂 食塩	476 kcal 17.9 g 12.4 g 1.5 g	エ た 脂 食塩	506 kcal 20.4 g 9.5 g 1.7 g
29	水	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 かぼちゃクッキー	◇愛情弁当の日（たんぽぽ） ごはん ホキのムニエル にんじんのツナ和え すまし汁 りんご	米	ホキ シーチキン	人参 白菜 大根 わかめ りんご	牛乳 スイートポテト	エ た 脂 食塩	459 kcal 16.8 g 14.7 g 1.6 g	エ た 脂 食塩	546 kcal 20.5 g 17.0 g 1.7 g
30	木	牛乳 ビスケット	ごはん 鶏肉のごま甘辛 きゅうりのゆかり和え オレンジ	米 白ごま	鶏モモ	きゅうり 人参 ゆかり オレンジ	牛乳 れんこんチップス	エ た 脂 食塩	442 kcal 16.3 g 16.3 g 1.8 g	エ た 脂 食塩	500 kcal 19.1 g 19.0 g 2.1 g

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。
※栄養価は「エ＝エネルギー」「た＝たんぱく質」「脂＝脂質」「食塩＝食塩相当量」を表示しています。
※完了期食は揚げ物・昼食で提供するフルーツの缶詰・いりこそのものは使用しません。
●は完了期代替え食です。
◆3日は虫歯予防メニューを提供します。
◇14日はどんぐり組お弁当の日です。 ◇21日はさくら組お弁当の日です。
◇23日はあさがお組お弁当の日です。 ◇24日はかえで組お弁当の日です。 ◇29日はたんぽぽ組お弁当の日です。





ウオクニ株式会社

当社における食品の安全・安心、
および健康に関する取り組みは
ホームページに掲載しています。
<http://www.uokuni.co.jp/>

