



2がつのこんだて



令和3年度 島こども園

	月	火	水	木	金	土
昼食		1日 ごはん サケのチーズ焼き かぼちゃそぼろ煮 ブロッコリーサラダ わかめのみそ汁 バナナ	2日 ごはん スクランブルエッグ ひじき煮 バンバンジーの和え物 じゃがいものスープ のり佃煮 みかん	3日豆まき誕生会 鬼っこカレー 鶏の照り焼き 小魚大豆 ブロッコリー トマト すまし汁 ゼリー	4日 ごはん 焼きサバ 春雨ソテー きゅうりの中華和え 白菜のみそ汁 りんご	5日 ウィンナー ブロッコリーサラダ あさりのみそ汁 パイナップル
3歳未満児		おにぎり	ウィンナー	ゼリー	チーズかまぼこ	
おやつ		ジャムサンド スキムミルク	おせんべい スキムミルク	恵方巻 お茶	大学いも スキムミルク	ワッフル 牛乳
昼食	7日 ナポリタン 皮つきポテト 春雨サラダ トマト 肉団子スープ みかん	8日 創立記念日 かつ丼 筑前煮 ブロッコリーサラダ すまし汁 バナナ	9日 お弁当の日 おかず入り お弁当を お願いします 	10日 ごはん ホッケ焼き 切干大根煮 青菜の納豆和え 生揚げのみそ汁 りんご	11日 建国記念の日 	12日 豚焼肉 きゅうりナムル 玉ねぎのみそ汁 みかん
3歳未満児	枝豆	かぼちゃ煮		さつまいも煮		
おやつ	キャロットケーキ スキムミルク	わかめおにぎり お茶	手作りパン 牛乳	おせんべい スキムミルク		焼うどん お茶
昼食	14日 ごはん ビーフシチュー さつまいもオレンジ煮 卵サラダ チーズ りんご	15日 ごはん サバの竜田揚げ 大豆煮 ブロッコリーの和え物 卵スープ バナナ	16日 ごはん ちくわのカレー揚げ ビーフソテー きゅうりの利休和え けんちん汁 ごま塩 りんご	17日 ごはん 焼きサケ すき昆布煮 ブロッコリーサラダ キャベツのみそ汁 みかん	18日 ごはん 鶏のから揚げ ジャーマンポテト 青菜のおかか和え 大根のみそ汁 りんご	19日 チキンナゲット マカロニサラダ わかめスープ りんご
3歳未満児	ごぼう煮	ミニトマト	おにぎり	チーズかまぼこ	スティックきゅうり	
おやつ	ココア♡ケーキ スキムミルク	フルーツ白玉 お茶	コーンマヨトースト スキムミルク	おせんべい スキムミルク	シリアルバー スキムココア	ウィンナーパン 牛乳
昼食	21日 ごはん シチュー たこウィンナー かぼちゃ煮 ブロッコリー りんご	22日 ごはん 鶏肉のピザ焼き じゃがいもの揚げ煮 青菜のゆかり和え わかめのみそ汁 みかん	23日 天皇誕生日 	24日 ごはん 肉だんご ひじき煮 青菜の炒り卵和え わんたんスープ バナナ	25日 ごはん タラフライ ミートマカロニ 切干の和え物 なめこ汁 みかん	26日 鶏の照り焼き ブロッコリーサラダ もやしのスープ パイナップル
3歳未満児	枝豆	おにぎり		さつまいも煮	ごぼう煮	
おやつ	ツナサンド スキムミルク	焼きそば お茶		おせんべい スキムミルク	しょうゆだんご スキムミルク	おせんべい いちご牛乳
昼食	28日 コーンライス スイートポテトフライ 青菜のナムル パスタスープ チーズ りんご	< 今月の栄養 >				
3歳未満児	ブロッコリー	エネルギー 633 kcal		3歳以上児 633 kcal		3歳未満児 543kcal
		たんぱく質 24.2g		たんぱく質 24.2g		たんぱく質 22.0g
		脂質 17.3g		脂質 17.3g		脂質 16.3g
		塩分 2.1g		塩分 2.1g		塩分 1.8g
おやつ	お好み焼き お茶					

- ◆ 3歳未満児 午前におせんべいと牛乳のおやつがです。
- ◆ 週3回(月・水・金曜日)給食に牛乳がつかます。(3歳以上児)
- ◆ スプーンをお持ちください。 3・14・21日
- ◆ 献立は材料等の都合により変更することがあります。ご了承願います。
- ◆ 土曜日の持ち物 おにぎり・箸・コップ(3歳未満児は箸かスプーンをご持参ください。)
- ◆ 8日(火) 創立記念のお土産(お菓子)があります。

