




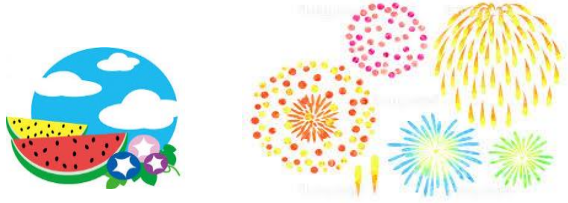




8がつのこんだて



令和4年度 島こども園

	月	火	水	木	金	土															
	<p><今月の栄養></p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>3歳未満児</td> <td>3歳以上児</td> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>527kcal</td> <td>622 kcal</td> </tr> <tr> <td>タンパク質</td> <td>22.3g</td> <td>22.1g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>16.8g</td> <td>18.5g</td> </tr> <tr> <td>塩分</td> <td>1.8g</td> <td>2.0g</td> </tr> </table> 							3歳未満児	3歳以上児	エネルギー	527kcal	622 kcal	タンパク質	22.3g	22.1g	脂質	16.8g	18.5g	塩分	1.8g	2.0g
	3歳未満児	3歳以上児																			
エネルギー	527kcal	622 kcal																			
タンパク質	22.3g	22.1g																			
脂質	16.8g	18.5g																			
塩分	1.8g	2.0g																			
昼食	1日 ごはん 鶏の照り焼き マカロニサラダ ブロッコリー和え物 じゃがいものみそ汁 メロン	2日 ごはん サケのチーズ焼き すき昆布煮 きゅうりのツナ和え キャベツのスープ バナナ	3日 ごはん スクランブルエッグ タコウィンナー 青菜のしらす和え わかめのみそ汁 オレンジ	4日 ごはん 豚肉の香味揚げ ひじき煮 キャベツのおひたし わんたんスープ ぶどう	5日 ごはん ブリの照り焼き 肉じゃが きゅうりの中華和え なすのみそ汁 ゴマ塩 すいか	6日 鶏のから揚げ ブロッコリー和え物 もやしのみそ汁 パイナップル															
	3歳未満児 枝豆	トマト	さつまいも煮	おにぎり	チーズ																
おやつ	フレンチトースト スキムミルク	冷やしうどん お茶	おせんべい スキムココア	レモンマドレーヌ スキムミルク	ゆかりおにぎり お茶	ワッフル 牛乳 おせんべい															
昼食	8日 カツカレー 福神漬け スティック野菜 トマト 春雨スープ オレンジ	9日 ごはん サバのゴマみそ焼き 切干大根煮 青菜の納豆和え 白菜のみそ汁 すいか	10日 そうめん ちくわの天ぷら さつまいもの天ぷら きゅうりの和え物 メロン	11日 	12日 ベーコンピラフ チキンナゲット ブロッコリーおかつ和え すまし汁 ぶどう	13日 家庭保育 協力期間 おかず入り お弁当を お願いします 															
	3歳未満児 オレンジ	おにぎり	チーズかまぼこ		ごぼう煮																
おやつ	じゃこトースト スキムミルク	バナナマフィン 牛乳	おせんべい スキムココア		おいなりさん お茶																
昼食	15日	16日	17日 ナポリタン ブロッコリー和え物 トマトマリネ じゃがいものスープ バナナ	18日 ごはん 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ きゅうりの和え物 きのこのみそ汁 すいか	19日 ごはん 赤魚のつけ焼き じゃがいもの揚げ煮 青菜の炒り卵和え 玉ねぎのみそ汁 パイナップル	20日 豚焼肉 青菜のおかつ和え オクラスープ ぶどう															
	3歳未満児	家庭保育協力期間 おかず入りお弁当を お願いします 		枝豆	おにぎり																
おやつ			おせんべい スキムミルク	冷やしおしろこ お茶	フルーツゼリー おせんべい お茶	ホットドッグ 牛乳															
昼食	22日 ごはん 鶏肉のピザ焼き かぼちゃ煮 ブロッコリー なめこ汁 パイナップル	23日 ごはん 焼きサバ ビーフソテー 青菜のなめ茸和え けんちん汁 バナナ	24日 ごはん ミートローフ 小魚大豆 きゅうりのサラダ キャベツのみそ汁 すいか	25日 誕生会 冷やし中華 チキン南蛮 枝豆 どうもろこし フルーツゼリー	26日お弁当の日 おかず入りお弁当を お願いします 	27日 ウィンナー ブロッコリーサラダ 卵スープ パイナップル															
	3歳未満児 チーズ	さつまいも煮	おにぎり																		
おやつ	おせんべい いちご牛乳	おからドーナツ スキムミルク	ツナサンド スキムミルク	パフェ お茶	焼うどん お茶	おせんべい りんごジュース															
昼食	29日 ロールパン マカロニグラタン ブロッコリー トマトサラダ 肉団子スープ	30日 ごはん 焼きサケ 切干大根煮 青菜の磯和え 大根汁 ぶどう	31日 3色そぼろ丼 さつまいもフライ きゅうり漬物 すまし汁 すいか																		
	3歳未満児 かぼちゃ煮	バナナ	ごぼう煮																		
おやつ	しょうゆだんご 牛乳	フルーツヨーグルト お茶	おせんべい カルピス																		

- ◇ 13～16日 家庭保育協力期間となります。登園されるお子さんはおかず入りお弁当をお願いします。
- ◇ 8日（月）スプーンをお持ちください。
- ◇ 土曜保育をご利用の際は、おにぎり・食具をお持ちください。
- ◇ 3歳未満児は午前中に牛乳とおせんべいのおやつがです。
- ◇ 塩分補給のため、お昼に梅干しがです。（3歳以上児）
- ◇ 献立は材料等の都合により変更することがあります。ご了承ください。

