



6月の献立



社会福祉法人大和善隣館
幼保連携型認定こども園 松陽こども園 R8.6.1

日	曜	未満児主食とおやつ	昼食	午後間食	離乳食
1	月	お茶 せんべい	すき焼き煮 ほうれん草のツナあえ トマト	ミルク ビスケット	ほうれん草の旨煮 トマト煮 味噌汁
2	火	お茶 オレンジ	トマト肉じゃが ドレッシングサラダ チーズ	牛乳 りんごケーキ★	トマト肉じゃが きゅうりあん 味噌汁
3	水	バナナヨーグルト	魚の香り揚げ スパサラダ 味噌汁	ミルク クラッカー	煮魚 野菜あん 味噌汁
4	木	お茶 ポーロ	人参ポタージュ ウインナー ちりじゃこサラダ	手作りゼリー★	しらすあん 人参スープ スティック野菜
5	金	牛乳 バナナ	鶏肉のレモン焼き ブロッコリーサラダ 大根スープ	牛乳 せんべい	そぼろ煮 大根スープ ブロッコリーの旨煮
6	土	お茶 せんべい	スパゲティイタリアン チーズ	お茶 ビスケット	野菜雑炊 マッシュポテト
8	月	お茶 せんべい	チキンクリームシチュー キャベツサラダ オレンジ	カラフルゼリー★	じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの旨煮 味噌汁
9	火	牛乳 ポーロ	豚肉と大豆の磯煮 ほうれん草のお浸し トマト	お茶 クラッカー	ほうれん草の旨煮 トマト煮 すまし汁
10	水	お茶 せんべい	甘辛肉団子 ひじきサラダ ポテトスープ	ヨーグルトあえ★	ひじき煮 スティック野菜 ポテトスープ
11	木	牛乳 オレンジ	大麦入りチキンナゲット 春雨サラダ トマト	ミルク ビスケット	そぼろ煮 きゅうりあん 味噌汁
12	金	ジョア	ハヤシライス ツナサラダ バナナ	牛乳 せんべい	野菜の旨煮 すまし汁 さつま芋の旨煮
13	土	お茶 せんべい	パン 牛乳 チーズ	お茶 ビスケット	味噌雑炊 かぼちゃの旨煮
15	月	牛乳 ポーロ	魚の南蛮漬け マッシュポテト 卵のすまし汁	お茶 しらすトースト★	煮魚 マッシュポテト 味噌汁
16	火	ジョア	カレーピラフ 鶏肉の唐揚げ トマトサラダ かきたまスープ	牛乳 トマト&チーズケーキ★	そぼろ煮 トマト煮 すまし汁
17	水	お茶 せんべい	江戸っ子煮 オレンジ トマトときゅうりのピクルス	ミルクココア せんべい	スティック野菜 そぼろ煮 味噌汁
18	木	牛乳 バナナ	マーボー豆腐 揚げぎょうざ ひじきナムル	ミルク ビスケット	マーボー豆腐 ひじき煮 すまし汁
19	金	牛乳 オレンジ	ひじき入り肉じゃが トマト 切干大根のごまマヨネーズあえ	ミルク クラッカー	ひじき肉じゃが トマト煮 すまし汁
20	土	お茶 せんべい	チャーハン 春雨スープ	お茶 せんべい	野菜雑炊 マッシュポテト
22	月	お茶 ポーロ	シューマイ 春雨のごま酢あえ 中華スープ	牛乳 メロンパン風トースト★	野菜の旨煮 かぼちゃの旨煮 すまし汁
23	火	バナナヨーグルト	鶏肉の照り焼き キャベツの梅マヨあえ 豆腐スープ	牛乳 ビスケット	そぼろ煮 豆腐スープ キャベツの旨煮
24	水	牛乳 オレンジ	魚の塩焼き 納豆あえ 味噌汁	ミルクココア クラッカー	煮魚 野菜あん 味噌汁
25	木	ジョア	豆腐ハンバーグ マセドアンサラダ オニオンスープ	お茶 麩ラスク★	豆腐あん じゃが芋の旨煮 オニオンスープ
26	金	フルーツポンチ	カレーライス 和風サラダ トマト	牛乳 せんべい	肉じゃが スティック野菜 味噌汁
27	土	松陽まつり			
29	月	牛乳 バナナ	豚肉のしょうが焼き 粉ふきいも 味噌汁	お茶 梅としらすのおにぎり★	じゃが芋のそぼろ煮 野菜の旨煮 味噌汁
30	火	ヨーグルトあえ	鶏肉のマーマレード煮 ポテトサラダ 青菜スープ	ミルクココア ビスケット	そぼろ煮 青菜スープ じゃが芋の旨煮

全児主食・・・ごはん 16日(火)・・・ごちそうの日 ・・・トマトの日 ★・・・手作りおやつの日

★松陽こども園栄養目標量★

	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
【1～2歳児】	465kcal	18.0～20.0g	12.0～13.0g	1.5未滿
【3～5歳児】	575kcal	23.0～25.0g	12.7～19.1g	1.6未滿
★6月平均栄養量★				
【1～2歳児】	482kcal	18.2g	15.5g	1.3未滿
【3～5歳児】	525kcal	20.1g	17.5g	1.5未滿

今月はトマト月間です

小松市では「小松とまと」を年に2回、5月～7月8月～11月に栽培しています。
6月の今が収穫時のピーク期です。今が旬です。
松陽こども園では今月は「トマト月間」として献立の中にたくさんトマトが入っています。レシピなどキッズビューで掲載しますのでぜひご家庭でも作ってみてください。

