










8がつこんだて



令和3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	2日 ごはん 鶏の照り焼き 春雨サラダ ブロッコリー和え物 じゃがいものみそ汁 メロン	3日 ごはん サバの竜田揚げ 切干大根煮 きゅうりのツナ和え キャベツのスープ バナナ	4日 ごはん スクランブルエッグ ウィンナー 青菜のコンコン和え わかめのみそ汁 オレンジ	5日 ごはん 豚カツ ひじき煮 キャベツのおひたし なすのみそ汁 ぶどう	6日 ごはん サケのゴマみそ焼き 肉じゃが きゅうりの中華和え わんたんスープ ゴマ塩 すいか	7日 豚焼肉 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	おにぎり	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	焼きそば お茶	おせんべい スキムココア	牛乳寒 ウエハース お茶	ゆでとうもろこし	ワッフル 牛乳 おせんべい															
昼食	9日 山の日 振替休日 	10日 お弁当の日 おかず入りお弁当を お願いします 	11日 ベーコンピラフ メンチカツ きゅうり漬物 ミントマト コンソメスープ オレンジ 枝豆	家庭保育協力期間 12~14日 おかず入りお弁当をお願いします  																	
3歳未満児																					
おやつ		プリンアラモード お茶	チーズケーキ スキムココア																		
昼食	16日 夏野菜カレーライス チキンナゲット 青菜のしらす和え チーズ トマト パイナップル	17日 ごはん サケのチーズ焼き ポテトフライ きゅうりの利休和え 大根のみそ汁 ぶどう	18日 ごはん 卵焼き すき昆布煮 ブロッコリーサラダ じゃがいものスープ サケフレーク バナナ ミントマト	19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 白菜のみそ汁 すいか	20日 ごはん タラフライ カボチャそぼろ煮 青菜のゆかり和え 玉ねぎのみそ汁 パイナップル	21日 ウィンナー 青菜のおかか和え オクラスープ ぶどう															
3歳未満児	枝豆	冷やしうどん	ミニトマト	おにぎり	ごぼう煮																
おやつ	おせんべい スキムココア	きりせんしょ 牛乳	ハムサンド 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	メロンパン 牛乳															
昼食	23日 ハヤシライス セルフゆで卵3.4.5歳 スクランブルエッグ1.2歳 切干の和え物 トマトマリネ ぶどう	24日 ごはん エビフライ ビーフソテー 青菜のなめ茸和え わんたんスープ バナナ	25日 ごはん さぼりシュウマイ 小魚大豆 きゅうりのサラダ キャベツのみそ汁 ゴマ塩 すいか	26日 誕生会 冷やし中華 鶏のから揚げ 枝豆 とうもろこし フルーツゼリー	27日 ごはん サバのみそ焼き カボチャ素揚げ 青菜のコーン和え わかめのみそ汁 メロン	28日 ちくわの天ぷら ブロッコリーサラダ なめこ汁 パイナップル															
3歳未満児	ブロッコリー	さつまいも煮	おにぎり		枝豆																
おやつ	たぬきおにぎり お茶	ピザトースト 牛乳	おせんべい スキムココア	フルーツパフェ	冷やしうどん お茶	おせんべい 牛乳															
昼食	30日 ごはん チキン南蛮 ジャーマンポテト ブロッコリー 卵スープ パイナップル	31日 ごはん 焼きサケ 切干大根煮 青菜の磯和え 八宝菜スープ ぶどう																			
3歳未満児	チーズ	かぼちゃ煮																			
おやつ	おせんべい いちご牛乳	ヨーグルトムース ビスケット お茶																			

- ◇ 12~14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。
- ◇ 16日(月)・23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。

