



6月の予定献立表



児童発達支援センター伊予くじら

日				1(木)	2(金)
昼食				ごはん 鯖の味噌煮 塩昆布和え カラフルピーマン炒め えのき入り豚肉スープ パナナ	ごはん 豆腐ハンバーグ アスパラのごま和え プチトマト 小松菜のすまし汁 パインアップル
午後				牛乳 とんがりコーン	牛乳 チョイス
エネルギー				551Kcal	551Kcal
日	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)
昼食	ごはん チンジャオロース ほうれん草とコーンのサラダ トマト南蛮和え 若布スープ オレンジ	ごはん 魚のかば焼き風 れんこんのごまネーズ和え プチトマト 豆腐の味噌汁 バナナ	カレーライス グリーンサラダ プチトマト キャベツスープ パナナ	ごはん 鮭の西京焼き りんごサラダ 五色和え えのきのすまし汁 バナナ	ごはん 鶏の照り焼き ちりめんサラダ 青菜とひじきの酢の物 ミネストローネ パインアップル
午後	牛乳 サラダ薄焼き	牛乳 雪の宿	牛乳 星食べよ	牛乳 キャラメルコーン	牛乳 ベルギーワッフル
エネルギー	481Kcal	539Kcal	548Kcal	474kcal	621Kcal
日	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)お楽しみ会
昼食	ごはん ブルコギ炒め ブロッコリーのじゃこ和え プチトマト ベーコンチャウダー パインアップル	ごはん 魚のトマトマリネ おかか和え かぼちゃの甘煮 豆腐とえのきのすまし汁 バナナ	ごはん 豚肉の生姜焼き 切り干し大根のさっぱり和え コーンともやしの酢の物 ポテトスープ パインアップル	ごはん 豆腐とはんぺんのフワフワ焼き チンゲン菜の炒め物 プチトマト 和風ポトフ バナナ	かたつむりライス マーマレードチキン ポテトサラダ ポイルブロッコリー トマトスープ オレンジ
午後	牛乳 ココナッツサブレ	牛乳 おっとっと	牛乳 じゃがりこサラダ	牛乳 おにぎりせんべい	アジサイゼリー
エネルギー	533Kcal	586Kcal	514Kcal	454Kcal	572Kcal
日	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
昼食	ごはん 焼肉風 春雨サラダ れんこんのきんぴら チンゲン菜のチキンスープ キウイ	ごはん 煮魚 にんじんとツナのシリシリ ひじきの和え物 オクラスープ パナナ	ごはん 手作りナゲット ほうれん草の中国風お浸し ごまサラダ 春雨スープ びわ	ごはん 魚のアングレース キャベツフレンチ プチトマト 鶏肉と若布のスープ パナナ	ごはん 牛肉のおろし煮 にんじんのナムル ブロッコリーのカレー炒め しめじの味噌汁 パインアップル
午後	牛乳 ミレービスケット	牛乳 まがりせんべい	牛乳 ミニドーナツ	牛乳 源氏パイ	牛乳 かっぱえびせん
エネルギー	556Kcal	453Kcal	525Kcal	579Kcal	531Kcal
日	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
昼食	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き なます風サラダ プチトマト なめこ汁 キウイ	ごはん 鮭の野菜あんかけ ほうれん草の卵とじ 白菜のクリームスープ バナナ	ごはん 豆腐団子のケチャップ煮 キャベツフレンチ プチトマト 春雨とにらのスープ パインアップル	ごはん 白身魚のキャロット焼き もやしのナムル グリーンサラダ ココロスープ パナナ	ごはん ささ身のクラッカー揚げ ブロッコリーソテー プチトマト しいたけのチキンスープ オレンジ
午後	牛乳 エントリー	牛乳 ベジたべる	牛乳 こつぶっこ	牛乳 たべっ子どうぶつ	牛乳 ぼたぼた焼き
エネルギー	532Kcal	556Kcal	483Kcal	557Kcal	517Kcal