



令和4年6月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火	水	木	金	土						
凡例	給食献立		1	2	3	4						
			1	2	3	4						
午前 おやつ (乳児)												
午後 おやつ	赤色の食品 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類											
	緑色の食品 からだの調子を整える野菜・藻・果物類											
	黄色の食品 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類											
6	7	8	9	10	11							
牛乳 小魚	牛乳 バナナ チップス	牛乳 チーズ	牛乳 りんご	牛乳 バナナ	牛乳 りんご							
牛乳 キャラメル ラスク	牛乳 おあげきなこ	牛乳 風の子ごまめ	牛乳 かぼちゃと バナナの ケーキ	牛乳 レーズンパン	牛乳 お茶 市販菓子							
牛乳 クッキー	牛乳 ドライフルーツ	牛乳 お麩ラスク	牛乳 焼きそば	牛乳 フルーツ ヨーグルト	牛乳 お茶 市販菓子							
チーズ												
13	14	15	16	17	18							
牛乳 オレンジ	牛乳 さつまいも スティック	牛乳 バナナ	牛乳 マンナ ビスケット	牛乳 かぼちゃ スティック	牛乳 お茶 市販菓子							
牛乳 クッキー	牛乳 ドライフルーツ	牛乳 お麩ラスク	牛乳 焼きそば	牛乳 フルーツ ヨーグルト	牛乳 お茶 市販菓子							
チーズ												
20	21	22	23	24	25							
牛乳 オレンジ	牛乳 りんご	牛乳 小魚	牛乳 バナナ	牛乳 にんじん スティック	牛乳 お茶 市販菓子							
牛乳 ヨーグルト	牛乳 きな粉 パウンド ケーキ★	牛乳 梅ゼリー	牛乳 マヨコーン トースト	牛乳 そばろこ 焼きめし	牛乳 お茶 市販菓子							
りんご												
27	28	29	30	※ 6月の魚は「さば、かかれい、さわら、アジ、赤魚、鮭」を予定していますが、仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。 ※ ()内の食品は、おやつで使用使用する食品です。 ※ 完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除去しています。また、揚げ物は焼き物に変更します。								
牛乳 りんご	牛乳 ウエハース	牛乳 小魚	牛乳 オレンジ	献立種類								
牛乳 中華ポテト	牛乳 黒糖 お麩ラスク	牛乳 チヂミ	牛乳 ポップコーン★	乳児								
				幼児								
				栄養素	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物
				平均栄養価	414 kcal	16.8 g	14.7 g	57.9g	509 kcal	19.8 g	17.0 g	74.1 g
				目標栄養価	465 kcal	19.0 g	16.0 g	66.0 g	520 kcal	20.0 g	18.0 g	75.0 g