



献立予定表

りんどう幼稚園

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ごはん	ごまピタパン	かんこくちらし寿司	さくらごはん	塩ラーメン	
	ひき肉コーン	タンドリーチキン	コロコロちくわ揚げ	厚揚げの肉巻き	【お肉、コーン、卵】	
	肉団子野菜炒め	グリーンサラダ	もやしシリシリ	切り干し大根煮		【わかめ、なると】
	お麩のおつゆ	大根スープ	ワンタンスープ	なめこ汁	カリカリサラダ	
	くだもの	クッキーアイスサンド			フルーツポンチ	
7	8	9	10	11	12	13
	カレーライス	ちくわパン	ごはん	天むす	キャベツナポリタン	
	エビフライ	恐竜の卵	肉レバーニラ炒め	わかめ卵焼き	スタッフポテト	
	タルタルキャベツ	カリブロッコリーサラダ	春雨サラダ	海苔レタスサラダ	ビシソワーズ	
	トライフル	オニオンスープ	わかめ卵スープ	とり団子スープ	ヤクルト	
		牛乳		ヨーグルトパフェ		
14	15	16	17	18	19	20
	スタミナ丼	お弁当の日	チャーハン	ごはん	冷やし五目うどん	
	サラダ浅漬け		ナルム	八宝菜	わかさぎ天ぷら	
	わかめミソスープ		フライドポテト	春巻き	磯辺和え	
	くだもの		キャベツスープ	酸辣湯スープ	みたらし団子	
			バスク風チーズケーキ			
21	22	23	24	25	26	27
	塩おむすび	フレンチトースト	ごはん	あんかけ焼きそば	カレークリームスパゲティ	
	とりのピーナッツからめ	ラーメンサラダ	とん平焼き	棒餃子	味噌マヨ野菜	
	春雨野菜炒め	ウィンナフライ	納豆サラダ	中華コーンスープ	小さいアメリカンドッグ	
	卵スープ	コンソメスープ	キャベツ豚汁	イタリアンプリン	ヨーグルト	
	冷凍フルーツ	牛乳				
28	29	30				
	ひじきチャーハン	シュークリームパン				
	アボガドワンタン	コロケグラタン				
	インディアンサラダ	ポパイサラダ				
	海苔とチーズのスープ	パプリカスープ				
	くだもの					

初夏です。いつもの年とは全てが違う生活ですが、
 給食はみんなの笑顔があふれる様、真心こめて
 作っていきます。19日のわかさぎは、大町 青木湖
 のわかさぎです。園長先生が毎年買ってきてくれる
 この時期の楽しみです。

6 月 平均値		
項目	数量	単位
エネルギー	525.66	kcal
たんぱく質	15.01	g
脂 質	14.55	g
鉄 分	2.03	mg
ビタミンA	174.92	mg
ビタミンB1	0.25	mg
ビタミンB2	0.24	mg
ビタミンC	20.35	mg
食物繊維	3.25	g
食塩相当量	2.13	g

3歳未満児は70%の値です