

江東区南砂さくら保育園  
令和元年6月（水無月）

献立表



目標：よく噛んで食べる

- ・咀嚼を意識した献立を取り入れる
- ・夏野菜、果物の始めを取り入れる

※乳児、幼児共に午前中、牛乳がメインです。  
※クッキングは食中毒予防のため控えさせていただきます。ご了承ください。  
※日々安心、安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。  
※カレンダーに反映されているカリローは初月の1日の履食おやつのみカリローです。  
乳児は8割で計算しています。また、これは目安であり、個々の履食量に応じて変動します。

日	月	火	水	木	金	土	日
予定	3	4	5	6	7	8	576
予定	カミカミランチ	0歳児・幼児健診	野菜の日 遊戯訓練	健康教育	健康教育	健康教育	
昼食	・カルシウムたっぷり揚げご飯 ・豚の竜田揚げ ・切干大根の彩りサラダ ・カミカミお粥汁 ・ヨーグルト	・ご飯 ・牛肉とピーマンの甘辛炒め ・たたき胡瓜 ・中華風コーンスープ ・バナナ	・高野豆腐の三色丼 ・香梅の胡麻酢和え ・さやへつとさつま芋の味噌汁 ・メロン	・ご飯 ・鶏とたまごのさっぱり煮 ・小松菜とじゃこのかみかみ和え ・スパイスエントウと ・オレンジ ・白しめじの味噌汁	・餃子 ・揚げ豆腐 ・ほうれん草と人参のおかか和え ・若布と鷹豆の味噌汁 ・ヨーグルト	・五目うどん ・さつま芋のしもん煮 ・ひじきのゆめもの ・メロン	
おやつ	・フランスパンのきなこラスク (乳児：きなこラスク)	・梅しらすおにぎり ・ほりほりごぼろ ・麦茶	・蓮根のジャキジャキケーキ ・牛乳	・丸ごと新じゃがバター ・牛乳	・キャラメルロール ・牛乳	・ビスケット ・せんべい	
kcal	595	614	548	463	603	583	
日	10	11	12	13	14	15	
予定	身体測定	身体測定	キッズダンス	キッズダンス	キッズダンス	キッズダンス	
予定	きのことツナの和風スパゲッティ ・チーズとコロコロ野菜のさっぱり和え ・大根と三つ葉の和風スープ ・オレンジ	・麦ご飯 ・ポテトコロッケ ・牛切りキャベツ ・きのこと豆腐の味噌汁 ・さくらんぼ	・ご飯 たくあん ・かしきの西京焼き ・胡瓜と若布の酢の物 ・きものすまし汁 ・メロン	・ご飯 ・豚肉のソテー～根菜添え～ ・ほうれん草とえのきの納豆和え ・茄子と高野豆腐の味噌汁 ・バナナ	・シーフードカレーライス ・みかんたっぷりフレッシュサラダ ・ウインナーときのこのスープ ・りんご	・五目うどん ・さつま芋のしもん煮 ・ひじきのゆめもの ・メロン	
おやつ	・桜えびのサクサク炒飯 ・するめ ・麦茶	・お楽しみおやつ ・ウエハース ・麦茶	・じゃが芋とじゃこ手チミ ・牛乳	・きつねうどん ・麦茶	・メロンパン ・牛乳	・ビスケット ・せんべい	
kcal	586	552	424	516	604	579	
日	17	18	19	20	21	22	
予定	さくら広場	野菜の日 体育指導	野菜の日 体育指導	野菜の日 体育指導	誕生会	誕生会	
予定	・雑穀ご飯 ・鯛のトマト煮 ・切干大根の彩りサラダ ・オクラとかき師のすまし汁 ・ヨーグルト	・ご飯 ・牛肉とピーマンの甘辛炒め ・たたき胡瓜 ・中華風コーンスープ ・バナナ	・高野豆腐の三色丼 ・香梅の胡麻酢和え ・さやへつとさつま芋の味噌汁 ・メロン	・ご飯 ・鶏とたまごのさっぱり煮 ・小松菜とじゃこのかみかみ和え ・スパイスエントウと ・オレンジ ・白しめじの味噌汁	・えびピラフ ・カレー風味から揚げ ・カリカリクルトンサラダ ・ヴィジワーズ ・さくらあじさいゼリー	・ご飯 ・炒り豆腐 ・ほうれん草と人参のおかか和え ・若布と鷹豆の味噌汁 ・ヨーグルト	
おやつ	・きなこラスク ・牛乳	・梅しらすおにぎり ・ほりほりごぼろ ・麦茶	・蓮根のジャキジャキケーキ ・牛乳	・丸ごと新じゃがバター ・牛乳	・かたつむりロールケーキ ・紅茶	・ビスケット ・せんべい	
kcal	604	614	548	463	584	583	
日	24	25	26	27	28	29	
予定	プール開き	キッズ英語	キッズ英語	0歳児・乳児健診	すまうの日	すまうの日	
予定	・きのことツナの和風スパゲッティ ・チーズとコロコロ野菜のさっぱり和え ・大根と三つ葉の和風スープ ・オレンジ	・麦ご飯 ・ポテトコロッケ ・牛切りキャベツ ・きのこと豆腐の味噌汁 ・さくらんぼ	・ご飯 たくあん ・かしきの西京焼き ・胡瓜と若布の酢の物 ・きものすまし汁 ・メロン	・ご飯 ・豚肉のソテー～根菜添え～ ・ほうれん草とえのきの納豆和え ・茄子と揚げの味噌汁 ・バナナ	・シーフードカレーライス ・みかんたっぷりフレッシュサラダ ・ウインナーときのこのスープ ・すいか	・野菜炒め丼 ・きやべつのはちま和え ・大根と若布の味噌汁 ・メロン	
おやつ	・桜えびのサクサク炒飯 ・するめ ・麦茶	・梅ゼリー ・ヨーグルト ・ウエハース ・麦茶	・じゃが芋とじゃこ手チミ ・牛乳	・きつねうどん ・麦茶	・チーズドック ・牛乳	・ビスケット ・せんべい	
kcal	586	539	424	516	604	522	