

献立予定表

令和8年6月

3歳以上児

園児おひさま保育園

Table with columns for Date, Meal, Snack, and 3-color classification (Body building, Temperature regulation, Balance). Rows list daily menus from June 1st to June 30th.

6月25日 お楽しみ給食 産地地消 小平夏野菜カレー ・ ブルーベリーパフェ
小平産の食材を使用した献立です。給食には野菜をたっぷり使用した「夏野菜カレー」です。
今年にはカレーの中に豚肉を入れ、より子どもたちに食べやすいカレーにしました。
午後のおやつは、小平市の特産品のブルーベリーを使用したパフェを提供します。
6月26日 郷土料理 和歌山県
和歌山県の特産品の代表でもある「紀州南高梅」。6月は梅雨時期に入り、じめじめとした季節にぴったりな食材です。梅サラダとして提供します。
「釜揚げしらす」も特産品の1つです。給食やおやつでは、ごはんやサラダに混ぜ合わせる事が多いですが今回はしらすの味をしかり味わえる
ようにごはんの上にトッピングします。
おやつは「ふなやき」は戦前から食べられていたおやつです。現代というホットケーキです。当時は黒糖と炭酸水を使用して作られていたそうです。
※基本的に献立に沿って食材を提供いたします。まだ食べたことのない食材は御家庭で様子を見て下さい。
※月に一回、お楽しみ給食があります。

【6月の平均値 (3〜5歳児)】
※給食+おやつ
◇エネルギー: 520kcal
◇たんぱく質: 22.1g
◇脂質: 16.4g
◇カルシウム: 247g
◇塩分相当量: 1.6g
献立作成者 栄養士 宮本 あみ