

6月 給食献立表

令和7年

幼児

日	曜	昼 食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
2	月	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 みそ汁	一口ドーナツ 牛乳	鮭・油揚げ・淡色辛みそ ソフト豆腐・普通牛乳	米・乾燥ひじき・車糖・麴 ホットケーキミックス 調合油	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・グリーンピース 西洋かぼちゃ カットわかめ	清酒・食塩 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・本みりん かつお・昆布だし 煮干しだし
3	火	ごはん 牛肉の時雨煮 酢の物 みそ汁	きな粉クッキー 牛乳	淡色辛みそ・鶏卵・きな粉 普通牛乳	米・牛肉・しらたき 冷凍いんげん・車糖 さつまいも・薄力粉 上新粉・無塩バター	たまねぎ・にんじん しめじ・きゅうり りよくとうもやし・えのきたけ 葉ねぎ	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん・穀物酢・食塩 ベーキングパウダー かつお・昆布だし 煮干しだし
4	水	ごはん 高野豆腐の含め煮 ゆかり和え みそ汁	パインケーキ 牛乳	凍り豆腐・鶏もも 淡色辛みそ・普通牛乳	米・冷凍いんげん・車糖 ホットケーキミックス	にんじん・大根・乾しいたけ きゅうり・りよくとうもやし ゆかりふりかけ・白菜 たまねぎ・パイン缶	本みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ・清酒 煮干しだし かつお・昆布だし
5	木	ごはん さわらのカレー風味焼き おかか和え すまし汁	小豆寒天 牛乳	さわら・かつお節・こしあん 普通牛乳	米・白味噌	しょうが・キャベツ・大根 にんじん・カットわかめ たまねぎ・寒天 きゅうり	清酒・本みりん・カレー粉 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
6	金	ハニーロール 具だくさんスープ ツナサラダ 果物 牛乳	ゆかりおにぎり 麦茶	鶏もも・ノンオイルツナ缶 普通牛乳	ハニーロール じゃがいも 顆粒コンソメ・マヨドレ・米	にんじん・たまねぎ 大根・しめじ ブロッコリー・きゅうり キャベツ・バナナ ゆかりふりかけ	食塩・穀物酢・麦茶
7	土	ピラフ スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏もも	米・顆粒コンソメ 冷凍コーン 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・青ピーマン エリンギ・りよくとうもやし	食塩・麦茶
9	月	ごはん 赤魚のマヨドレ焼き ごま和え みそ汁	フルーツ寒天 牛乳	あかうお・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳	米・マヨドレ・いりごま	こまつな・キャベツ にんじん・しめじ りよくとうもやし・えのきたけ パイン缶・もも缶・みかん缶 寒天	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん 煮干しだし
10	火	ごはん マーボー春雨 きゅうりの中華和え 中華スープ	小豆ケーキ 牛乳	赤みそ・普通牛乳	米・普通ほるさめ 合挽ミンチ・車糖 顆粒コンソメ・ごま油 顆粒鶏ガラ ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ	にんじん・たまねぎ 青ピーマン・生しいたけ・きゅうり カットわかめ・にんじん	本みりん・こいくちしょうゆ 食塩
11	水	カレーライス サラダ	自然素材のお菓子 牛乳	普通牛乳	米・牛肉・じゃがいも 薄力粉・ブイヨン・調合油 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん しめじ・キャベツ・きゅうり	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
12	木	ごはん たらの照り焼き 切干大根の煮物 みそ汁	フルーツミックス 牛乳	まだら・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳	米・車糖 冷凍グリーンピース	しょうが・切干しだいこん にんじん 乾しいたけ・白菜 りよくとうもやし・パイン缶 もも缶	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・うすくちしょうゆ みかん缶 かつお・昆布だし 煮干しだし
13	金	食パン 牛肉のトマト煮込み 春雨サラダ 型抜きチーズ 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	型抜きチーズ・普通牛乳	食パン・牛肉 じゃがいも・ブイヨン 普通ほるさめ・マヨドレ・米 わかめふりかけ	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー トマトホール缶・きゅうり	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 麦茶
14	土	中華丼 スープ	自然素材のお菓子 麦茶	豚もも	米・顆粒鶏ガラ・かたくり粉 じゃがいも・顆粒コンソメ 自然素材のお菓子	はくさい・たまねぎ・にんじん 生しいたけ	清酒・こいくちしょうゆ・食塩 麦茶
16	月	ごはん さばの味噌焼き 酢の物 すまし汁	りんごゼリー 牛乳	さば・普通牛乳	米・たけや味噌・こうじ味噌 車糖	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほうれんそう たまねぎ・りんご飲料・寒天	清酒・本みりん・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 うすくちしょうゆ かつお・昆布だし
17	火	ごはん 鶏の照り焼き ナムル スープ	さつま芋スティック 牛乳	鶏もも・普通牛乳	米・車糖・いりごま・ごま油 冷凍コーン・顆粒コンソメ さつまいも	しょうが・ほうれんそう りよくとうもやし・にんじん カットわかめ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・本みりん 清酒・食塩
18	水	ごはん 肉じゃが きゅうりの浅漬け みそ汁	バナナケーキ 牛乳	淡色辛みそ・普通牛乳	米・牛肉・じゃがいも しらたき・冷凍いんげん 車糖・麴 ホットケーキミックス	にんじん・たまねぎ 乾しいたけ・きゅうり カットわかめ・しめじ バナナ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・本みりん 清酒・昆布茶・食塩 かつお・昆布だし 煮干しだし
19	木	ごはん 煮魚 ゆかり和え みそ汁	フライドポテト 牛乳	あかうお・淡色辛みそ 普通牛乳	米・車糖・さつまいも じゃがいも・調合油	しょうが・はくさい・きゅうり にんじん・ゆかりふりかけ たまねぎ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ・清酒 本みりん・食塩 煮干しだし
20	金	丸パン チキンカツ お誕生日会 さつまいもサラダ スープ 牛乳	ももケーキ 麦茶	鶏むね・鶏卵・普通牛乳	丸パン・薄力粉・パン粉 調合油・さつまいも マヨドレ・顆粒コンソメ ホットケーキミックス	きゅうり・ミックス・ブロッコリー カットわかめ・たまねぎ えのきたけ・もも缶	食塩・清酒・中濃ソース 穀物酢・麦茶
21	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	鶏もも・油揚げ 淡色辛みそ	米・板こんにゃく 自然素材のお菓子	れんこん・にんじん・ぶなしめじ たまねぎ	本みりん・こいくちしょうゆ 煮干しだし・うすくちしょうゆ・食塩 清酒・麦茶・かつお・昆布だし
23	月	ごはん さわらの味噌マヨ焼き きざみのり和え みそ汁	きな粉クッキー 牛乳	さわら・淡色辛みそ・鶏卵 きな粉・普通牛乳	米・たけや味噌・マヨドレ じゃがいも・薄力粉 上新粉・車糖・無塩バター	はくさい・キャベツ にんじん キザミソ たまねぎ・えのきたけ	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん ベーキングパウダー 煮干しだし
24	火	ごはん なすと豚肉の味噌炒め サラダ スープ	じゃがもちくん 牛乳	豚もも・赤みそ・普通牛乳	米・ごま油・かたくり粉 車糖・冷凍コーン・調合油 顆粒コンソメ・じゃがいも 無塩バター	なす・たまねぎ にんじん・キャベツ カットわかめ・白菜	清酒・こいくちしょうゆ 本みりん・穀物酢・食塩
25	水	牛丼 みそ汁	りんごケーキ 牛乳	淡色辛みそ・普通牛乳	米・牛肉・しらたき・車糖 さつまいも ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・しめじ・葉ねぎ りんご缶	かつお・昆布だし・本みりん こいくちしょうゆ・煮干しだし うすくちしょうゆ・清酒
26	木	ごはん 鮭の塩焼き ごま和え みそ汁	ぶどうゼリー 牛乳	鮭・ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳	米・いりごま・麴・車糖	キャベツ・きゅうり・にんじん えのきたけ・ぶどう飲料・寒天	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 本みりん 煮干しだし
27	金	イエローロール ポトフ 大豆サラダ 種なしブルーン 牛乳	菜めしおにぎり お茶	鶏もも・普通牛乳	イエローロール じゃがいも 顆粒コンソメ・大豆水煮 マヨドレ・米・菜飯ふりかけ	たまねぎ・にんじん しめじ・ブロッコリー キャベツ・きゅうり 種無しブルーン	食塩・穀物酢・番茶
28	土	豚丼 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	豚もも・淡色辛みそ	米・車糖・かたくり粉 じゃがいも 自然素材のお菓子	にんじん・たまねぎ・生しいたけ 葉ねぎ	清酒・こいくちしょうゆ 麦茶 煮干しだし
30	月	ごはん たらの西京焼き ひじきサラダ みそ汁	みかんゼリー 牛乳	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳	米・白味噌・乾燥ひじき 冷凍コーン・車糖・ごま油 麴	にんじん・きゅうり・キャベツ なす・りよくとうもやし・寒天	清酒・本みりん・穀物酢 こいくちしょうゆ みかん缶 煮干しだし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆										
エネルギー	たんばく質	脂 質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
535 kcal	21.9 g	18.0 g	76.0 g	266 mg	2.2 mg	266 μg	0.35 mg	0.41 mg	27 mg	1.9 g

・材料入荷の都合により変更する場合があります。
・牛乳は100～150ccを飲んでいきます。
・ホットケーキミックスは卵、乳製品不使用のものを使用しています。
・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。