

6月献立表

令和4年 6月

[未満児]

	1(木)	2(木)	3(金)	4(土)	6(月)	7(火)	8(水)
9時	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し
	麦ご飯 米 米粒麦 タンダーチキン 鶏もも 食塩 こしよ にんにくおろし しょうが ヨーグルト カレー粉 ケチャップ ひじき煮(れんこん) ほしひじき にんじん 油揚げ れんこん さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 清酒 みそ汁・ ソフト豆腐 えのきたけ カットわかめ 淡色辛みそ 混合だし	人参ご飯 米 らうすこんぶ にんじん 食塩 うすくちしょうゆ ごま カレイの煮つけ まがれい こいくちしょうゆ 車糖 本みりん 清酒 しょうが 水 ほうれん草と白菜のおかか和 ほうれん草 はくさい 花かつお こいくちしょうゆ かに風味かまぼこ みそ汁・ 西洋かぼちゃ たまねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 とんかつ キャベツ 豚ロース 食塩 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油 キャベツの酢の物 キャベツ にんじん カットわかめ 穀物酢 食塩 車糖 みそ汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ 車糖 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	中華丼 米 米粒麦 はくさい にんじん 生しいたけ しばえび 豚もも うずら卵水煮缶詰 たけのこ水煮 たまねぎ うすくちしょうゆ かつお粉 食塩 鶏がらスープ にんにくおろし ごま油 オイスターソース しょうが にら わかめスープ カットわかめ たまねぎ こねぎ ごま だし 食塩 うすくちしょうゆ カップゼリー ゼリー	ロールパン ロールパン ビーフシチュー 牛もも じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム水煮缶詰 ビーフシチュー用 コンソメ スイートワイン キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ロースハム フレッシュレタス スイートコーン 桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト	★ 非常食(五目御飯) ★ 米 板こんにやく 生しいたけ 油揚げ こいくちしょうゆ にんじん 車糖 さわらの照り焼き さわら こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 キャベツ 肉豆腐(副菜) 牛もも 焼き豆腐 しらたき 根深ねぎ はくさい おつゆ麩 こいくちしょうゆ 本みりん 混合だし みそ汁・ ごまつな 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 みそ味噌和風ローフ 鶏ひき肉 えのきたけ たまねぎ パン粉 鶏卵 清酒 淡色辛みそ ごま あおりの 食塩 こしよ いんげんのソテー さやいんげん パプリカ 食塩 こしよ スイートコーン 調合油 卵豆腐のすまし汁 たまご豆腐 ぶなしめじ 切りみつば うすくちしょうゆ 食塩 混合だし
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 わらびもち さつまいもでん粉 車糖 きな粉 水 車糖 食塩	牛乳おやつ 普通牛乳 スイートポテト さつまいも 車糖 鶏卵 マーガリン 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳 黒ごま団子 白玉粉 車糖 こいくちしょうゆ 車糖 黒ごま	牛乳おやつ 普通牛乳 源氏パイ 源氏パイ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	麦茶 麦茶 おにぎり(ゆかりおやつ) 米 ゆかりふりかけ ごま おやついりこ かえりちりめん	牛乳おやつ 普通牛乳 焼きビーフン(おやつ) 焼きビーフン 大袋 たまねぎ にんじん 青ピーマン 豚ばら キャベツ こいくちしょうゆ 食塩 こしよ 鶏がらスープ 調合油	牛乳おやつ 普通牛乳 マシュマロおこし マシュマロ マーガリン コーンフレーク
	成分値 エネルギー : 507 kcal たんぱく質 : 19.2 g 脂質 : 23.5 g 炭水化物 : 1.8 g カルシウム : 322 mg	455 kcal たんぱく質 : 10.1 g 脂質 : 19.1 g 炭水化物 : 2.1 g カルシウム : 287 mg	631 kcal たんぱく質 : 31.9 g 脂質 : 16.6 g 炭水化物 : 1.8 g カルシウム : 304 mg	503 kcal たんぱく質 : 18.4 g 脂質 : 18.8 g 炭水化物 : 1.3 g カルシウム : 324 mg	460 kcal たんぱく質 : 16.6 g 脂質 : 19.6 g 炭水化物 : 1.1 g カルシウム : 302 mg	537 kcal たんぱく質 : 20.3 g 脂質 : 25.6 g 炭水化物 : 1.7 g カルシウム : 352 mg	460 kcal たんぱく質 : 16.8 g 脂質 : 20.5 g 炭水化物 : 2.0 g カルシウム : 285 mg
	9(木)	10(金)	11(土)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)
9時	レーズンヨーグルト ヨーグルト 干しぶどう	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝) おやつちりめん	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝) おやつこぶ	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん
	麦ご飯 米 米粒麦 ポークチャップ 豚もも 食塩 こしよ 調合油 ケチャップ 中濃ソース パインアップル缶詰 パセリ 大根サラダ 大根 カットわかめ まぐろ缶詰 青しそドレッシング なめこ汁 なめこ ソフト豆腐 切りみつば 淡色辛みそ 混合だし	麦ご飯 米 米粒麦 竹輪とウィンナーの天ぷら 煮込み竹輪 ポールウィンナー プレミックス粉 なたね油 春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りよくとうもろやし ロースハム 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ けんちん汁・ 鶏もも さといも にんじん ごぼう 油揚げ 葉ねぎ 混合だし うすくちしょうゆ 食塩	スパゲティ・ミートソース マカロニスパゲティ たまねぎ あいびき マッシュルーム水煮缶詰 トマト缶詰 ケチャップ ウスターソース 食塩 こしよ コンソメ グリーンピース オリーブ油 にんにくおろし かたくり粉 コンソメスープ・ キャベツ にんじん ぶなしめじ コンソメ カップゼリー ゼリー	カレーライス 米 米粒麦 豚もも 調合油 たまねぎ じゃがいも にんじん グリーンピース カレー用マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしよ にんにくおろし コンソメ ビーンズサラダ だいず水煮 きゅうり にんじん キャベツ マヨネーズ みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト	冷やし中華 中華めん きゅうり りよくとうもろやし ロースハム 鶏卵 調合油 鶏がらスープ 車糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 レモン ごま油 ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー ごま こいくちしょうゆ 車糖 にんじん 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 鮭の南部焼き しろさけ こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 黒ごま 卵の花煮 おから にんじん 生しいたけ グリーンピース 油揚げ こいくちしょうゆ みりん風調味料 車糖 みそ汁・ キャベツ 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし 旬のフルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 若鶏のパン粉焼き 鶏もも 鶏むね 食塩 にんにくおろし こしよ マヨネーズ 調合油 パン粉 パルメザンチーズ パセリ 小松菜のお浸し ごまつな にんじん みつば かつお削り節 車糖 こいくちしょうゆ すまし汁・ おつゆ麩 切りみつば ぶなしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ
成分値 エネルギー : 496 kcal たんぱく質 : 21.2 g 脂質 : 22.8 g 炭水化物 : 2.1 g カルシウム : 238 mg	518 kcal たんぱく質 : 17.3 g 脂質 : 20.4 g 炭水化物 : 2.1 g カルシウム : 288 mg	519 kcal たんぱく質 : 21.0 g 脂質 : 21.0 g 炭水化物 : 1.2 g カルシウム : 300 mg	617 kcal たんぱく質 : 25.0 g 脂質 : 23.0 g 炭水化物 : 2.4 g カルシウム : 410 mg	494 kcal たんぱく質 : 21.7 g 脂質 : 22.3 g 炭水化物 : 1.3 g カルシウム : 368 mg	474 kcal たんぱく質 : 15.2 g 脂質 : 21.9 g 炭水化物 : 1.5 g カルシウム : 300 mg	405 kcal たんぱく質 : 13.5 g 脂質 : 17.5 g 炭水化物 : 1.5 g カルシウム : 256 mg	
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 卵サンド 食パン 鶏卵 マヨネーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 みかんゼリー みかん飲料 寒天 車糖 みかん缶詰 せんべい 塩せんべい	牛乳おやつ 普通牛乳 ビスケット ビスケット キャンデーチーズ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 ピザトースト 食パン ケチャップ たまねぎ 青ピーマン ベーコン 食塩 こしよ ピザチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 アメリカン ウイニー 薄力粉 鶏卵 車糖 なたね油 普通牛乳 ペーキングパウダー	牛乳おやつ 普通牛乳 クラッカーサンド ソーダクラッカー クリームチーズ パインアップル缶詰	麦茶 麦茶 フルーツヨーグルト もも缶詰 バナナ みかん缶詰 車糖 ヨーグルト コーンフレーク
	成分値 エネルギー : 496 kcal たんぱく質 : 21.2 g 脂質 : 22.8 g 炭水化物 : 2.1 g カルシウム : 238 mg	518 kcal たんぱく質 : 17.3 g 脂質 : 20.4 g 炭水化物 : 2.1 g カルシウム : 288 mg	519 kcal たんぱく質 : 21.0 g 脂質 : 21.0 g 炭水化物 : 1.2 g カルシウム : 300 mg	617 kcal たんぱく質 : 25.0 g 脂質 : 23.0 g 炭水化物 : 2.4 g カルシウム : 410 mg	494 kcal たんぱく質 : 21.7 g 脂質 : 22.3 g 炭水化物 : 1.3 g カルシウム : 368 mg	474 kcal たんぱく質 : 15.2 g 脂質 : 21.9 g 炭水化物 : 1.5 g カルシウム : 300 mg	405 kcal たんぱく質 : 13.5 g 脂質 : 17.5 g 炭水化物 : 1.5 g カルシウム : 256 mg

*都合により献立を変更することがあります。

6月献立表

令和4年 6月

[未満児]

	17(金)	18(土)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	
9時	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝)	ジャムヨーグルト ヨーグルト いちごジャム	牛乳 普通牛乳 おやつ昆布(朝)	牛乳 普通牛乳 キャンデーチーズ	牛乳 普通牛乳 スティック人参	
	麦ご飯 米 米粒麦 真砂揚げ ソフト豆腐 鶏ひき肉 しばえび にんじん しらす干し 鶏卵 かたくり粉 なたね油 清酒 食塩 こいくちしょうゆ	シーフードピラフ 米 むきえび たまねぎ グリーンピース にんじん コンソメ 食塩 こしょう マッシュルーム水煮缶詰 はたてがはい 調合油	キッズピピンパ 米 米粒麦 あいびき しょうが にんにくおろし タレ にんじん ごまつな りよくとろもやし ミニトマト ごま油	カレーうどん うどん 豚もも たまねぎ 葉ねぎ 油揚げ カレーパウ 混合だし こいくちしょうゆ かたくり粉 ぶなしめじ	麦ご飯 米 米粒麦 さばの塩焼き さば 食塩 かぼちの土佐煮 西洋かぼち 花かつお こいくちしょうゆ 本みりん	★ 誕生会 ★ わかめご飯 米 米粒麦 カットわかめ 食塩 変わり春巻き 焼き豚 しそ ピザチーズ 春巻きの皮 調合油 テン	麦ご飯 米 米粒麦 牛もも にんじん キャベツ りよくとろもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが	肉野菜炒め 牛もも にんじん キャベツ りよくとろもやし たまねぎ 青ピーマン タレ こいくちしょうゆ 車糖 にんにくおろし しょうが
星食	胡瓜とわかめの酢の物 きゅうり カットわかめ ごま 穀物酢 車糖 食塩	コンソメスープ キャベツ にんじん たまねぎ コリンギ コンソメ	中華スープ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ 鶏がらスープ ごま油	旬のフルーツ ..	豚汁 豚もも 大根 板こんにやく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし	豚汁 豚もも 大根 板こんにやく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし	冷奴 ソフト豆腐 葉ねぎ こいくちしょうゆ 混合だし かつお節	かき玉汁 鶏卵 ほうれんそう 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 かたくり粉 混合だし
	すまし汁 おつゆ麩 切りみつば ぶなしめじ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ	カップゼリー ゼリー	パイヨーグルト パイナップル缶詰 ヨーグルト	旬のフルーツ ..	旬のフルーツ ..	すまし汁 おつゆ麩 切りみつば カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし 焼き抜きかまぼこ	かき玉汁 鶏卵 ほうれんそう 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 かたくり粉 混合だし	かき玉汁 鶏卵 ほうれんそう 焼き抜きかまぼこ こいくちしょうゆ 食塩 かたくり粉 混合だし
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 ハンせんべい フランスパン マヨネーズ バルメザンチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 あられ キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 カルピスの蒸しパン 薄力粉 ベーキングパウダー 調合油 水 乳酸菌飲料 車糖 もも缶詰	牛乳おやつ 普通牛乳 焼き立てパン(くるみ) 強力粉 車糖 食塩 パン酵母 水 普通牛乳 マーガリン 鶏卵 食塩 くるみ	牛乳おやつ 普通牛乳 じゃがいも餅 じゃがいも かたくり粉 食塩 マーガリン こいくちしょうゆ	牛乳おやつ 普通牛乳 カップケーキ(リース) 薄力粉 車糖 マーガリン ベーキングパウダー 鶏卵 干しぶどう	牛乳おやつ 普通牛乳 フルーツポンチ バナナ りんご みかん缶詰 キウイフルーツ もも缶詰	
	成分値 エネルギー : 515 kcal 脂 質 : 18.5 g たんぱく質 : 21.2 g 塩 分 : 2.2 g カルシウム : 332 mg	454 kcal 11.3 g 16.2 g 1.0 g 290 mg	585 kcal 20.1 g 21.7 g 0.6 g 371 mg	486 kcal 19.6 g 18.2 g 2.1 g 252 mg	500 kcal 18.1 g 21.1 g 1.6 g 293 mg	667 kcal 30.7 g 25.2 g 2.2 g 417 mg	438 kcal 15.5 g 20.8 g 1.1 g 312 mg	
9時	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい	牛乳 普通牛乳 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 おやついりこ(朝)	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい			
	サラダうどん うどん めんつゆ まぐろ缶詰 しばえび マヨドレ レタス きゅうり ミニトマト	ロールパン ロールパン ポークビーンズ だいず水煮 皮つきウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん トマト缶詰 ケチャップ 食塩 こしょう 車糖 ぶなしめじ ウスターソース バネリ にんにくおろし コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 干草焼き 鶏卵 しばえび 生しいたけ ほうれんそう にんじん うすくちしょうゆ 車糖	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のコーラ煮 鶏手羽 こいくちしょうゆ 食塩 こしょう 炭酸飲料	三色丼 米 米粒麦 鶏ひき肉 こいくちしょうゆ 料理酒 車糖 料理酒 鶏卵 車糖 食塩 調合油 さやいんげん しょうが	煮物 厚揚げ 大根 にんじん こいくちしょうゆ 本みりん	中華風和え物 りよくとろもやし ささ身 きゅうり 穀物酢 うすくちしょうゆ 車糖 ごま油 にんじん	キャベツと昆布のサラダ キャベツ きゅうり にんじん 塩昆布 ごま油
星食	キャップゼリー ゼリー	マカロニサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ ロースハム きゅうり スイートコーン マヨネーズ	みそ汁 ソフト豆腐 葉ねぎ 油揚げ 淡色辛みそ 混合だし	中華スープ 緑豆はるさめ チンゲンサイ 生しいたけ たけのこ水煮 鶏がらスープ うすくちしょうゆ	ごぼうサラダ ごぼう にんじん ごま マヨネーズ こいくちしょうゆ	みそ汁 大根 カットわかめ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし		
	牛乳おやつ 普通牛乳 ハムケーキ バームクーヘン キャンデーチーズ	麦茶 おにぎり(かつお)おやつ 米 花かつお さずのり 食塩 こいくちしょうゆ	牛乳おやつ 普通牛乳 ふかし芋 さつまいも キャンデーチーズ	牛乳おやつ 普通牛乳 かたつむりケーキ マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー マーガリン 車糖 鶏卵 薄力粉 ベーキングパウダー ビュアココア	牛乳おやつ 普通牛乳 ポップコーン とうもろこし 調合油 食塩 キャンデーチーズ			
成分値	エネルギー : 392 kcal 脂 質 : 15.0 g たんぱく質 : 18.1 g 塩 分 : 1.6 g カルシウム : 358 mg	468 kcal 16.3 g 17.8 g 2.4 g 214 mg	487 kcal 16.5 g 25.0 g 1.6 g 387 mg	538 kcal 20.9 g 18.6 g 1.2 g 270 mg	537 kcal 23.8 g 21.4 g 1.6 g 331 mg			

*都合により献立を変更することがあります。