

6月献立表

令和7年 6月

[未満児]

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	9(月)
9時	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 バナナ バナナ	牛乳 普通牛乳 スティック人参 にんじん	牛乳 普通牛乳 コーンフレーク コーンフレーク	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
昼食	フランスパン フランスパン ・ 具たくさんスープ たまねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ キャベツ 皮つきウインナー 食塩 こしょう コンソメ	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 五目豆 だいず ごぼう にんじん 生しいたけ 板こんにやく さやいんげん こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 だし 料理酒	麦ご飯 米 米粒麦 ポークチャップ 豚もも 料理酒 にんにくおろし 食塩 こしょう 調合油 たまねぎ ケチャップ 中濃ソース パインアップル缶詰 パセリ	麦ご飯 米 米粒麦 お好み焼き風卵焼き キャベツ 豚ひき肉 たまねぎ 調合油 食塩 お好みソース あおのり 鶏卵 小松菜と竹輪の和え物 こまつな 生竹輪 ごま 車糖 こいくちしょうゆ	麦ご飯 米 米粒麦 竹輪とウインナーの天ぷら 煮込み竹輪 ポールウインナー プレミックス粉 なたね油 中華風和え物 りよくとうもやし 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 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	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 煮物 厚揚げ 大根 にんじん こいくちしょうゆ 本みりん いんげんまめ カップゼリー ゼリー	麻婆丼 米 米粒麦 ソフト豆腐 あいびき たまねぎ にんじん たけのこ水煮 根深ねぎ 生しいたけ 赤だしみそ こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 鶏がらスープ オイスターソース しょうが にんにくおろし 清酒
	スパゲッティサラダ マカロニ・スパゲッティ たまねぎ きゅうり スイートコーン にんじん マヨネーズ	みそ汁・ こまつな 絹揚げ 淡色辛みそ 混合だし フルーツ ..	キャベツのサラダ(青しそ) キャベツ きゅうり まぐろ缶詰 青しそドレッシング にんじん	みそ汁・ じゃがいも たまねぎ 淡色辛みそ 混合だし カットわかめ			ナムル ほうれんそう にんじん りよくとうもやし うすくちしょうゆ 食塩 ごま油 中華スープ・ 鶏卵 カットわかめ だし 食塩 葉ねぎ ごま
	みかんヨーグルト みかん缶詰 ヨーグルト		すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし				
3時	麦茶 麦茶 おにぎり(若菜)おやつ 米 葉だいこん きずのり 食塩 カットわかめ おやついりこ かえりちりめん	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 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	牛乳おやつ 普通牛乳 ヨーグルトムース ヨーグルト クリーム 普通牛乳 車糖 ゼラチン 水 オレンジ飲料 コーンスターチ 車糖	牛乳おやつ 普通牛乳 大学芋 さつまいも 車糖 水 水あめ こいくちしょうゆ ごま 調合油 車糖	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 チーストースト 食パン ビザチーズ
成分値	＜一日合計＞ エネルギー： 457 kcal 脂 質： 13.2 g たんぱく質： 16.5 g 塩 分： 1.7 g カルシウム： 237 mg	472 kcal 13.9 g 21.7 g 1.5 g 297 mg	524 kcal 20.5 g 21.8 g 1.6 g 278 mg	518 kcal 20.5 g 20.2 g 1.5 g 381 mg	502 kcal 15.5 g 18.6 g 1.4 g 278 mg	453 kcal 18.2 g 18.4 g 1.7 g 348 mg	523 kcal 20.2 g 22.9 g 1.6 g 417 mg
	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	16(月)	17(火)
9時	牛乳 普通牛乳 スナックパン スナックパン	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) かえりちりめん	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 じゃこ しらす干し	牛乳 普通牛乳 炭酸せんべい 炭酸せんべい
昼食	麦ご飯 米 米粒麦 さばの塩焼き まさば 食塩 ひじき煮(大豆) ほしひじき にんじん 油揚げ だいず水煮 さやいんげん こいくちしょうゆ みりん 車糖 料理酒	麦ご飯 米 米粒麦 若鶏のパン粉焼き 鶏むね 食塩 こしょう にんにくおろし マヨネーズ 調合油 パン粉 パルメザンチーズ パセリ ・ 切干し大根の酢の物 切干しだいこん ほしひじき しらす干し きゅうり にんじん 穀物酢 車糖 食塩 ごま 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	梅ご飯 米 米粒麦 梅干し 親子煮 鶏もも じゃがいも にんじん たまねぎ さやいんげん 調合油 鶏卵 混合だし 車糖 みりん風調味料 うすくちしょうゆ 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 みそ汁・ おつゆ麩 カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	麦ご飯 米 米粒麦 とんかつ 豚ロース 食塩 薄力粉 鶏卵 パン粉 調合油 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー ごま こいくちしょうゆ 車糖 にんじん すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	えびピラフ 米 しばえび 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 調合油 食塩 こしょう コンソメ コンソメスープ・ キャベツ にんじん たまねぎ ぶなしめじ コンソメ カップゼリー ゼリー	スパゲティ・ミートソース マカロニ・スパゲッティ たまねぎ あいびき にんじん 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 こしょう 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 レタスと卵のスープ 鶏卵 レタス ぶなしめじ ベーコン コンソメ フルーツ ..	麦ご飯 米 米粒麦 さわらの塩こうじ焼き さわら 塩麴 豚と鮭のすき焼き風(副菜) 豚もも 焼き豆腐 しらたき 根深ねぎ しゅんぎく たまねぎ はくさい えのきたけ なると おつゆ麩 こいくちしょうゆ 本みりん 車糖 みそ汁・ 油揚げ カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし ぶなしめじ
	みそ汁・ こまつな ぶなしめじ 淡色辛みそ 混合だし フルーツ ..						
3時	牛乳おやつ 普通牛乳 アメリカンドック ウイニー 薄力粉 鶏卵 車糖 なたね油 普通牛乳 ベーキングパウダー	牛乳おやつ 普通牛乳 豆腐団子のきなこかけ 白玉粉 ソフト豆腐 車糖 きな粉 食塩	麦茶 麦茶 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 レモン	牛乳おやつ 普通牛乳 かたつむりクッキー 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 せんべい しょうゆせんべい 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 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 パンせんべい フランスパン マヨネーズ パルメザンチーズ
成分値	＜一日合計＞ エネルギー： 582 kcal 脂 質： 21.5 g たんぱく質： 22.1 g 塩 分： 1.4 g カルシウム： 321 mg	479 kcal 14.7 g 22.6 g 1.6 g 254 mg	399 kcal 11.6 g 19.5 g 2.4 g 233 mg	669 kcal 37.9 g 17.3 g 1.4 g 313 mg	448 kcal 11.0 g 15.4 g 0.9 g 293 mg	561 kcal 20.6 g 23.1 g 1.8 g 318 mg	508 kcal 18.3 g 23.8 g 1.5 g 321 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7年 6月		[未満児]					
	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	23(月)	24(火)	25(水)
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	ジャムヨーグルト ヨーグルト	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳
	コーンフレーク コーンフレーク	スティック人参 にんじん	いちごジャム	炭酸せんべい 炭酸せんべい	炭酸せんべい 炭酸せんべい	スナックパン スナックパン	バナナ バナナ
昼食	ロコモコ丼 あいびき たまねぎ パン粉 ナツメグ 食塩 こしょう 鶏卵 普通牛乳 デミグラスソース 鶏卵 レタス ミニトマト	★ 自衛消防訓練 ★ シーフードカレー 米 米粒麦 しばえび こういか じゃがいも たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮缶詰 カレールウ グリーンピース コンソメ	★ 誕生会 ★ ゆかりごはん 米 米粒麦 うめ 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	焼きそば 蒸し中華めん 調合油 豚ばら にんじん たまねぎ キャベツ りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう 焼きそばソース あおのり ウスターソース	ロールパン ロールパン クリームシチュー じゃがいも にんじん たまねぎ 鶏もも マッシュルーム水煮缶詰 グリーンピース シチュー、クリーム 普通牛乳 なたね油 コンソメ	麦ご飯 米 米粒麦 赤魚の煮つけ 赤魚 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え ほうれんそう はくさい 花かつお こいくちしょうゆ 車糖	麦ご飯 米 米粒麦 鶏とうずらのさっぱり煮 鶏もも こいくちしょうゆ 穀物酢 車糖 本みりん しょうが 食塩 こしょう うずら卵水煮缶詰
	コンスープ コンスープ 水 クルトン パセリ . .	キャベツとハムのサラダ キャベツ きゅうり ロースハム フレンチドレッシング スイートコーン	春雨の酢の物 緑豆はるさめ きゅうり りょくとうもやし かに風味かまぼこ 穀物酢 車糖 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ コーンとわかめのスープ スイートコーン カットわかめ 根深ねぎ コンソメ	中華スープ チンゲンサイ 生しいたけ カットわかめ 鶏がらスープ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ カップゼリー ゼリー	生野菜ツナサラダ レタス きゅうり トマト たまねぎ 胡麻ドレッシング まぐろ缶詰	豚汁 豚もも 大根 板こんにゃく 油揚げ ごぼう 葉ねぎ 淡色辛みそ にんじん 混合だし	いんげんのソテー さやいんげん パプリカ 食塩 こしょう スイートコーン 調合油
	フルーツヨーグルト屋 りんご バナナ みかん缶詰 干しぶどう 車糖 ヨーグルト	プチゼリー ゼリー	フルーチェ 普通牛乳 フルーチェミックス		桃のヨーグルト もも缶詰 ヨーグルト	フルーツ ..	みそ汁・ キャベツ ぶなしめじ 油揚げ 淡色辛みそ
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	麦茶 麦茶	牛乳おやつ 普通牛乳	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	炊き込みご飯(おやつ) 米 ごぼう ぶなしめじ 油揚げ 鶏もも こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 にんじん うすくちしょうゆ	クロワッサンサンド クロワッサン クリーム みかん缶詰 パイナップル缶詰 車糖	カステラ カステラ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	おにぎり(かつお)おやつ 米 花かつお きずのり 食塩 こいくちしょうゆ おやつこんぶ おやつこぶ	焼き立てパン(ツナとコーン) 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 マヨネーズ かつお缶詰 スイートコーン	マドレーヌ マーガリン 鶏卵 車糖 薄力粉 ベーキングパウダー バニラオイル レモン
成分値	＜一日合計＞ エネルギー：465 kcal 脂質：22.4 g たんぱく質：20.1 g 塩分：1.5 g カルシウム：335 mg	495 kcal 11.5 g 15.3 g 2.1 g 162 mg	510 kcal 21.0 g 17.3 g 1.5 g 277 mg	542 kcal 19.1 g 17.0 g 0.9 g 325 mg	435 kcal 13.4 g 17.2 g 1.3 g 244 mg	553 kcal 16.6 g 17.0 g 1.7 g 303 mg	611 kcal 28.4 g 24.2 g 1.5 g 278 mg
	26(木)	27(金)	28(土)	30(月)			
9時	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳	牛乳 普通牛乳			
	おやついりこ(朝) かえりちりめん	おやつ昆布(朝) おやつこぶ	炭酸せんべい 炭酸せんべい	じゃこ しらす干し			
昼食	麦ご飯 米 米粒麦 ひじき入り卵焼き 鶏卵 たまねぎ むきえび 鶏ひき肉 ほしひじき こいくちしょうゆ 車糖 清酒 混合だし 調合油	麦ご飯 米 米粒麦 鶏のから揚げ 鶏もも 鶏むね 食塩 こしょう かたくり粉 調合油 清酒 薄力粉	ツナ三色丼 米 米粒麦 まぐろ缶詰 こいくちしょうゆ 料理酒 混合だし にんじん 車糖 食塩 料理酒 混合だし さやいんげん 食塩 マヨドレ	カレーうどん うどん 豚もも たまねぎ 葉ねぎ 油揚げ カレールウ 混合だし こいくちしょうゆ かたくり粉 ぶなしめじ アスパラとキャベツのソテー アスパラガス スイートコーン ベーコン パプリカ なたね油 食塩 こしょう キャベツ			
	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 さやいんげん .	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	みそ汁・ カットわかめ 葉ねぎ 甘みそ 混合だし えのきたけ	フルーツ ..			
	すまし汁・ ソフト豆腐 葉ねぎ カットわかめ こいくちしょうゆ 食塩 混合だし	みそ汁・ 大根 油揚げ 葉ねぎ 淡色辛みそ 混合だし	カップゼリー ゼリー				
3時	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳	牛乳おやつ 普通牛乳			
	和風スパゲッティ スパゲッティ ぶなしめじ たまねぎ ベーコン ほうれんそう こいくちしょうゆ にんにくおろし オリーブ油	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 こしょう ピザチーズ	ビスコ ビスコ キャンデーチーズ キャンデーチーズ	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 キャンデーチーズ			
成分値	＜一日合計＞ エネルギー：498 kcal 脂質：18.5 g たんぱく質：21.6 g 塩分：1.4 g カルシウム：335 mg	548 kcal 22.1 g 25.9 g 2.3 g 355 mg	545 kcal 20.4 g 18.7 g 1.4 g 298 mg	429 kcal 19.3 g 20.3 g 2.4 g 354 mg			

*都合により献立を変更することがあります。