

6月献立予定表

2024年

しんあい保育園(一般)

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				きいろ: 热と力になるもの	あか: 血や肉や骨になるもの	みどり: 体の調子を整えるもの	
1	土	たまごあんかけ丼 みそ汁 バナナ	ジュース せんべい	米、片栗粉 ◎卵、みそ、★なると、生わかめ	牛乳 パナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しいたけ、ねぎ	牛乳	
3	月	ごはん ひじき入り肉団子 マカロニサラダ みそ汁	牛乳 豆腐ドーナツ	米、ホットケーキ粉、じゃがいも、★卵不使用マヨネーズ、マカロニ、片栗粉、油、みそ	牛乳、豚ひき肉、絹ごし豆腐、みそ、ひじき たまねぎ、キウイフルーツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、葉ねぎ、しょうが	牛乳	
4	火	グリンピースごはん 甘夏みかん缶 豆腐とツナのソース焼き じゃがいものそぼろ煮 すまし汁	牛乳 焼きそば	米、じゃがいも、★焼きそばめん、油、★パン粉、砂糖、★焼ら、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、ツナ水煮缶、鶏ひき肉、豚肉(肩) たまねぎ、なつみかん缶、キャベツ、にんじん、グリンピース、葉ねぎ	牛乳	
5	水	ごはん 鰯のごまみそ焼き 納豆和え すまし汁	バナナ ジュース プリン(卵不使用) 幼児: 小魚	米、砂糖、ごま油、ごま さわら、絹ごし豆腐、挽きわり納豆、みそ、いわし(田作り)、生わかめ、かつお節	バナナ、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、しいたけ	牛乳	
6	木	スパゲティミートソース コールスローサラダ たまごスープ ミニゼリー	麦茶 しらすおにぎり	スパゲティー、米、★卵不使用マヨネーズ、油、砂糖、片栗粉 豚ひき肉、◎卵、チーズ、しらす干し	たまねぎ、キャベツ、にんじん、トマトピューレ、チングンサイ、コーン缶、セロリ	カルシン	
7	金	ごはん 千草焼き シルバーサラダ みそ汁	オレンジ 牛乳 あおのりポテト	米、★卵不使用マヨネーズ、油、はるさめ、砂糖、★焼ら 牛乳、◎卵、鶏ひき肉、★なると、みそ、生わかめ、あおのり	オレンジ、たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、しいたけ	牛乳	
8	土	中華丼 わかめスープ バナナ	ジュース せんべい	米、片栗粉、油、ごま油 豚肉(肩ロース)、★なると、生わかめ	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、たけのこ(ゆで)、いんげん、コーン缶	牛乳	
10	月	スタミナ焼き肉丼 パンサンスー 豆腐のスープ オレンジ	バナナヨーグルト	米、砂糖、はるさめ、油、ごま油、片栗粉 豚肉(ロース)、ヨーグルト(無糖)、絹ごし豆腐、◎錦糸卵、★ハム、豚ひき肉	オレンジ、バナナ、たまねぎ、にんじん、みかん缶、きゅうり、にら、葉ねぎ	牛乳	
11	火	ごはん おかか唐揚げ 磯香浸し みそ汁	牛乳 かりんとうトースト	米、食パン、バター、片栗粉、油、砂糖、小麦粉 牛乳、鶏もも肉、みそ、油揚げ、かつお節、生わかめ、焼きのり	キウイフルーツ、ほうれんそう、キャベツ、もやし	牛乳	
12	水	豆腐のキーマカレー ドレッシングサラダ メロン	牛乳 フルーツポンチ	米、砂糖、油 牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、★ハム、粉チーズ	メロン、たまねぎ、バナナ、キャベツ、にんじん、みかん缶、ピーマン、きゅうり、パイン缶、コーン缶、にんにく、しょうが	牛乳	
13	木	ごはん さばのみぞ煮 ひじきと野菜の和え物 かき玉汁	牛乳 ◎カステラ	米、砂糖、片栗粉 牛乳、さば、◎卵、みそ、ひじき	ほうれんそう、にんじん、葉ねぎ、しょうが	麦茶	
14	金	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き スパゲティーサラダ 野菜スープ	麦茶 ハムピラフ	ロールパン、米、スパゲティー、★卵不使用マヨネーズ、マーマレード、バター ヨーグルト(明治)、鶏もも肉、ツナ油漬、★ハム、★ベーコン	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり	牛乳	
15	土	ハヤシライス キャベツのスープ バナナ	ジュース せんべい	米 豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリー、コーン缶、グリンピース(冷凍)	牛乳	

◎は卵と卵を使用した加工食品です。

★は乳・卵不使用の食品です。



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				きいろ: 热と力になるもの	あか: 血や肉や骨になるもの	みどり: 体の調子を整えるもの	
17	月	ごはん ハンバーグ うの花煮 みそ汁	キウイフルーツ	にゅうめん汁	米、干しそうめん、★パン粉、砂糖	豚ひき肉、おから、鶏ひき肉、鶏もも肉、みそ	たまねぎ、キウイフルーツ、にんじん、だいこん、こまつな、葉ねぎ
18	火	ごはん ホイコーロー ^{トマトサラダ} ニラたまスープ	バナナ	牛乳 フレンチトースト	米、食パン、砂糖、油、ごま油、片栗粉	牛乳、豚肉(肩ロース)、◎卵、豚ひき肉	バナナ、トマト、キャベツ、きゅうり、にんじん、ピーマン、コーン缶、にら
19	水	☆ばなな組お楽しみ献立☆ 五目ラーメン フライドポテト フルーツポンチ	麦茶 さけおにぎり	★ゆで中華めん、米、砂糖、油、ごま	豚肉(肩ロース)、さけ(塩)、★なると	バナナ、キャベツ、もやし、たまねぎ、みかん缶、にんじん、パイナップル缶、しいたけ、葉ねぎ	牛乳
20	木	ビビンバ 酢の物 豆腐スープ オレンジ	牛乳 クリスタルゼリー	牛乳、豚ひき肉、絹ごし豆腐、◎錦糸卵、生わかめ	オレンジ、きゅうり、ほうれんそう、もやし、たまねぎ、にんじん、にら、ににく	牛乳	
21	金	☆ばなな組職員イチオシ☆ みそ汁 ごはん アジフライ ごまドレサラダ	牛乳 ジャムサンド	米、ロールパン、いちごジャム、★卵不使用マヨネーズ、★パン粉、小麦粉、油、ごま	牛乳、あじ、みそ、◎卵、油揚げ	キャベツ、だいこん、にんじん、コーン缶、葉ねぎ	牛乳
22	土	豚肉丼 みそ汁 バナナ	牛乳 せんべい 幼児: ウエハース	牛乳、豚肉(肩ロース)、みそ	豚肉(肩ロース)、みそ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しいたけ、にら、葉ねぎ、ににく	牛乳
24	月	食パン オムレツ ブロッコリー ミネストローネ	ヨーグルト	麦茶 わかめおにぎり	食パン、米、油	ヨーグルト(明治)、◎卵、豚ひき肉、★ベーコン、炊き込みわかめ	たまねぎ、プロッコリー、キャベツ、セロリ、にんじん、トマトピューレ
25	火	ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根煮 みそ汁	キウイフルーツ	牛乳 ココアバナナケーキ	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、みそ、油揚げ、生わかめ	キウイフルーツ、キャベツ、バナナ、たまねぎ、切り干したいこん、しいたけ	牛乳
26	水	冷やしそうめん いんげんのカレー天 フルーツヨーグルト	麦茶 チャーハン	麦茶 チャーハン	干しそうめん、米、小麦粉、油、砂糖、片栗粉	ヨーグルト(無糖)、◎卵、豚ひき肉、◎卵、生わかめ	バナナ、いんげん、みかん缶、にんじん、ねぎ、葉ねぎ
27	木	ごはん さけのパン粉焼き ひじき煮 みそ汁	バナナ	牛乳 お子さまピール	牛乳、さけ、ヨーグルト(無糖)、絹ごし豆腐、みそ、油揚げ、ひじき	バナナ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	カルシン
28	金	ごはん 嶋野メンチ ゆでキャベツ けんちんみそ汁	メロン	フルーチェ	牛乳、さけ、ヨーグルト(無糖)、絹ごし豆腐、みそ	メロン、たまねぎ、にんじん、ごぼう、葉ねぎ	牛乳
29	土	麻婆豆腐丼 わかめスープ バナナ	牛乳 ◎クッキー 幼児: せんべい	牛乳 片栗粉、砂糖、ごま油	絹ごし豆腐、豚ひき肉、赤みそ、生わかめ	バナナ、たまねぎ、にんじん、ビーマン、コーン缶、しいたけ、しょうが、ににく	牛乳

献立は、発注・仕入れにより、変更となる場合があります。ご了承ください。
お楽しみ献立はばなな組の希望を入れました♪

1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー 512 kcal	鉄 1.9 mg
	たんぱく質 18.9 g	カルシウム 160 mg
	脂 質 15.3 g	ビタミンC 31 mg
	塩 分 2.2 g	食物繊維 3.8 g

※家庭で食べ物による体調不良が疑われた場合は給食で提供されない食べ物でも、必ず園に伝えるようお願いします。