



令和5年度 6月 給食献立表



日	曜	行事	献立	果物	三色食品群			未満児 午前のおやつ	3時の おやつ
					あか 血や肉をつくる (主にたんぱく質)	きいろ はたらく力や 体温になる (主に脂質・糖質)	みどり 体をばい菌から守ったり 元気にする (主にビタミン・ミネラル)		
1	木		焼き肉風炒め きゅうりの酢の物 ニラの中中華スープ	バナナ	牛肉・ささみ 豆腐	焼き肉のたれ 鶏がらスープの素	もやし・玉葱・人参・しめじ ピーマン・きゅうり・ニラ キャベツ・バナナ	ミルク ビスコ	ミルク 揚げパン
2	金	太陽スポーツ(年長)	わかめうどん 豆じゃこ 小松菜の海苔和え	青りんご	わかめ・鶏むね肉 大豆・ハム・海苔 ちりめんじゃこ	うどん・片栗粉	玉葱・人参・小松菜 大根・コーン・青りんご	ミルク 雪の宿	ムーンライト・カンパン ヨーグルト
3	土		八宝菜 ツナマヨサラダ	オレンジ	豚肉・ツナ	鶏がらスープの素 マヨドレ	キャベツ・玉葱・人参 しいたけ・大根・もやし きゅうり・オレンジ	ミルク	お茶 塩おにぎり
5	月	リトミック(年長)	豚肉の甘酢ソテー マカロニサラダ 大根の味噌汁	バナナ	豚肉・ハム 味噌・豆腐	マカロニ・マヨドレ ホットケーキミックス	玉葱・キャベツ・ピーマン なす・さやいんげん・人参 きゅうり・大根・バナナ	ミルク 卵ボーロ	ミルク 人参ドーナツ
6	火		ミートスパゲティ 小松菜の白和え キャベツのコンソメスープ	りんご	鶏ミンチ 豆腐・豆乳	スパゲティ コンソメ	玉葱・人参・トマト缶 小松菜・しめじ キャベツ・りんご	ミルク ぼたぼた焼き	お茶 梅おにぎり
7	水		親子丼 野菜のきんぴら かぼちゃの天ぷら	バナナ	鶏もも肉・卵 豆乳	ホットケーキミックス バター	玉葱・人参・ごぼう れんこん・コーン かぼちゃ・バナナ	ミルク マリー	ミルク レモンケーキ
8	木	歯科検診	からあげ・トマト もやしのナムル 豆腐の中中華スープ	オレンジ	鶏もも肉・豆腐 ヨーグルト 牛乳・カルピス	鶏がらスープの素 リングジュース さつま芋	生姜・もやし・小松菜 人参・トマト・玉葱 オレンジ	ミルク ぱりんこ	ふかし芋・カンパン 飲むヨーグルト
9	金		サバ(鯛)の味噌煮 大豆サラダ けんちん汁	メロン (りんご)	サバ(鯛)・味噌 大豆・ささみ 豆腐	マヨドレ コーンフレーク マシュマロ・バター	生姜・人参・きゅうり ごぼう・干しいたけ 大根・メロン(りんご)	牛乳 ムーンライト	ミルク シリアルバー
10	土		鶏肉のマーレード炒め もやしのゆかり和え	バナナ	鶏もも肉	マーレードジャム	人参・玉葱・キャベツ もやし・大根・きゅうり バナナ	ミルク	牛乳 ぼたぼた焼き
12	月		肉じゃが 小松菜サラダ かきたま汁	オレンジ	豚肉・ささみ 卵・わかめ	じゃが芋 こんにゃく マヨドレ	人参・玉葱・しめじ グリーンピース・小松菜 オレンジ・れんこん	ミルク 雪の宿	お茶 れんこんチップス
13	火		さわら(鯛)のコーンマヨ焼き ひじきの煮物 さつま芋の味噌汁	バナナ	さわら(鯛) ひじき・鶏むね肉 大豆・味噌	マヨドレ さつま芋・パン ホイップクリーム	玉葱・コーン・人参 さやいんげん・しめじ 青葱・バナナ・みかん缶	ミルク シガーフライ	ミルク みかんサンド
14	水	お茶の稽古(年長)	ささみの中華風天ぷら キャベツの酢の物 レタスのコンソメスープ	青りんご	ささみ ヨーグルト	鶏がらスープの素 コンソメ・ごま油	キャベツ・きゅうり・人参 レタス・玉葱・えのき りんご	ミルク マリー	雪の宿・カンパン ヨーグルト
15	木		焼きそば きゅうりとトマトの和え物 チンゲン菜の中中華スープ	バナナ	豚肉・青のり ささみ・豆腐	焼きそば麺 お好みソース 鶏がらスープの素	キャベツ・玉葱・人参 もやし・ピーマン・トマト チンゲン菜・バナナ	ミルク ビスコ	ミルク パン耳ラスク
16	金	誕生会	～雨の日も楽しいランチタイム～ でんてんケチャップライス・フライドチキン ポテトサラダ・コーンスープ	メロン (オレンジ)	鶏ミンチ・ちくわ ウインナー・ハム 鶏もも肉・豆乳	鶏がらスープの素 マヨドレ・じゃが芋 ホイップクリーム	玉葱・きゅうり・人参 コーン・メロン(オレンジ) バナナ・みかん缶	牛乳 ぱりんこ	ミルク けろっぴケーキ
17	土		すき焼き風煮 ブロッコリーサラダ	りんご	豚肉・豆腐	マヨドレ	白菜・玉葱・人参・ごぼう しいたけ・ブロッコリー コーン・りんご	ミルク	お茶 わかめおにぎり
19	月	参観日スタート リトミック(年中)	鶏肉の照り焼き さつま芋サラダ 田舎汁	バナナ	鶏もも肉 ハム・豆腐 味噌・豆乳	さつま芋 マヨドレ ホットケーキミックス	きゅうり・人参・ごぼう かぼちゃ・バナナ	ミルク 卵ボーロ	ミルク あんまん
20	火	さつま芋つるさし (年少・年中・年長)	ポークカレー ビーフソテー・ミニトマト 小松菜のごま和え	りんご	豚肉・ハム 卵・きな粉	じゃが芋 カレールー ビーフン・ごま	玉葱・人参・しめじ 小松菜・もやし ミニトマト・りんご	ミルク 雪の宿	ミルク きな粉クッキー
21	水		ラーメン・ゆで卵 ブロッコリーのきのこ和え フライドポテト	オレンジ	豚肉・卵	中華麺・じゃが芋 鶏がらスープの素	キャベツ・人参・ニラ ブロッコリー・しいたけ えのき・しめじ・オレンジ	ミルク マリー	ミルク りんごゼリー
22	木		豆腐ハンバーグ 切り昆布の煮付け 野菜のコンソメスープ	バナナ	合挽ミンチ 豆腐・昆布 鶏むね肉	パン粉・コンソメ さつま芋	玉葱・人参・キャベツ さやいんげん・えのき バナナ	ミルク ぼたぼた焼き	ミルク 大学芋
23	金	さつま芋つるさし予備日 (年少・年中・年長) 参観日終了	赤魚(鯛)の磯部揚げ わかめの酢の物 豚汁	オレンジ	赤魚(鯛)・青のり わかめ・ささみ 豚肉・味噌	小麦粉	キャベツ・きゅうり 人参・ごぼう・大根 玉葱・オレンジ・バナナ	ミルク ムーンライト	お茶 フルーツヨーグルト
24	土		チキンチャップ 中華サラダ	バナナ	鶏もも肉 ささみ	じゃが芋 ケチャップ 鶏がらスープの素	玉葱・人参・しめじ もやし・大根・きゅうり バナナ	ミルク	牛乳 ぱりんこ
26	月	太陽スポーツ (年少・年中)	ナゲット 切干大根の酢の物 じゃが芋の味噌汁	りんご	鶏ミンチ・豆腐 ささみ・味噌 わかめ	パン粉・じゃが芋 鶏がらスープの素	切干大根・きゅうり・人参 玉葱・青葱・青りんご	ミルク ぱりんこ	お茶 わかめ粥
27	火		うどん・ミニトマト レバーのかりんとう揚げ キャベツのおかか和え	オレンジ	鶏むね肉 豚レバー かつお節・牛乳	うどん・片栗粉	人参・玉葱・しいたけ 生姜・キャベツ・コーン ミニトマト・オレンジ	ミルク シガーフライ	ミルク ミックスジュース
28	水		筑前煮 ひじきのゴマネーズ 麩のすまし汁	バナナ	鶏もも肉・昆布 ハム・豆乳	こんにゃく・ごま マヨドレ・麩 蒸しパンミックス	れんこん・ごぼう・人参 さやいんげん・きゅうり えのき・玉葱・バナナ	ミルク 雪の宿	ミルク レーズン蒸しパン
29	木		豚カツ 春雨の酢の物 ミネストローネ	青りんご	豚肉・ハム 大豆・ヨーグルト	パン粉・ケチャップ 春雨・コンソメ	きゅうり・人参・玉葱 しめじ・トマト缶・りんご	ミルク ビスコ	ぼたぼた焼き ヨーグルト
30	金		ジャーマンオムレツ 大豆の五目煮 豆乳スープ	オレンジ	卵・鶏ミンチ 大豆・昆布・豆乳 ウインナー	じゃが芋 こんにゃく 鶏がらスープの素	玉葱・人参・大根・白菜 オレンジ	牛乳 ぱりんこ	お茶 水無月

※ 9(金)・16(金)の果物は、
たんぼぼ・れんげ・ぱんだ(一時保育)組が『(かっこ)内』のものになります。
※ 9(金)・13(火)・23(金)の魚は、
たんぼぼ・れんげ組が『(かっこ)内』のものになります。
※ 2(金)・8(木)・14(水)の3時のおやつのカンパンは、
年少・年中・年長児への提供になります。

【年少・年中・年長児の主食について】
※ メニューやお子さまの体調に合わせて
食べられる量を持ってきてください。
(園での目安は110gです。)
※ 16(金)の誕生会は、主食はいりません。

