

令和7年6月1日

保護者各位

6月給食献立表

認定こども園 文化保育園
園長 浅田祐起子

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
2(月)	牛乳 バナナ	クオータボール 澄まし汁 グラタン ひじきサラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、わかめ、醤油 鶏肉、玉葱、フロッキー、マカロニ、チーズ、シチューミックス(小麦、乳) ひじき、ツナ、胡瓜、枝豆、人参、コン、練胡麻、醤油	牛乳 カレーラスク (麩、マーガリン(乳)、カレー粉、コンソメ(小麦))
3(火)	牛乳 キウイ	わかめ御飯、味噌汁 平天の煮物 彩りおかか和え	人参、大根、しめじ 平天、玉葱、牛蒡、蓮根、人参、グリーンピース、醤油 小松菜、人参、黄パプリカ、花鰹、醤油	牛乳 寒天のわらび餅風 (寒天、黒糖、きな粉)
4(水)	牛乳 りんご	白御飯、味噌汁 厚揚げの肉豆腐 鶏の葱ソース	人参、白菜、豆苗 厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 鶏肉、葱、醤油	牛乳 オレンジ 鉄強化ウエハース☆ (小麦、卵殻粉)
5(木)	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 いりどり 白身魚のみぞれ煮	人参、舞茸、玉葱 鶏肉、じゃが芋、大豆、人参、グリーンピース、醤油 ホキ、大根、醤油	牛乳 かるかん (米粉、山芋、豆乳)
6(金)	牛乳 クレープフル ーツ	スタミナ丼 味噌汁 ナムル	豚肉、玉葱、キャベツ、人参、醤油、コンソメ(小麦) 人参、葱、薄揚げ 青梗菜、もやし、人参、胡麻	牛乳 ハケ岳高原牧場ヨーグルト★ 源氏ハイ☆(小麦)もしくは アンパンマンふんわりコン☆
7(土)	牛乳 ハイハイ☆	ガパオライス 澄まし汁 キウイ	豚ミンチ、玉葱、人参、ピーマン、オイスターソース(小麦) 人参、白菜、葱、醤油	牛乳 市販菓子☆ (小麦、乳)
9(月)	牛乳 バナナ	レスンパン 澄まし汁 ポーケビーズ 蓮コンサラダ	小麦、卵、乳 人参、豆腐、わかめ、醤油 豚肉、玉葱、大豆、ピーマン、ケチャップ、コンソメ(小麦) 鶏肉、蓮根、人参、キャベツ、胡瓜、コン、練胡麻、醤油	牛乳 マーブルケーキ (小麦、豆乳、バナナ、ビュ アココア)
10(火)	牛乳 キウイ	牛丼 味噌汁 きのこの胡麻和え	牛肉、玉葱、醤油 人参、薩摩芋、豆苗 しめじ、小松菜、キャベツ、人参、じゃこ、醤油	牛乳 米粉のスティックケーキ☆ (大豆)
11(水)	牛乳 オレンジ	ひじき炒飯 中華スープ 三色和え	ひじき、豚ミンチ、コン、葱、人参、醤油 人参、厚揚げ、玉葱 青梗菜、もやし、人参、醤油	カムカム DAY 牛乳 薩摩芋のカムカムスティック
12(木) 誕生日 メニュー	牛乳 黄桃	かたつむりパン 野菜スープ スパゲティソテー 鶏のから揚げ メロン	小麦、卵、乳 人参、キャベツ、じゃが芋、コンソメ(小麦) スパゲティ、豚肉、玉葱、ピーマン、人参、ケチャップ 鶏肉、唐揚げ粉☆(小麦、卵白粉)	牛乳 誕生日ケーキ★ (小麦、卵、乳、チョコスプレー) ※誕生日プレートにはアモンド を使用しています)
13(金)	牛乳 りんご	白御飯、味噌汁 いり豆腐 西京焼き	人参、薄揚げ、舞茸 豆腐、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース、醤油 ホキ、白味噌	牛乳 オレンジゼリー☆
14(土)	牛乳 ハイハイ☆	白胡麻ロール ジャジャーンうどん オレンジ	小麦、卵、乳 うどん、豚ミンチ、玉葱、人参、胡瓜、赤味噌、醤油	牛乳 市販菓子☆ (小麦、乳)

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
16（月）	牛乳 バナナ	メープルスティックパン 澄まし汁 クリーム煮 いんげんの胡麻和え	小麦、卵、乳 人参、豆腐、大根、醤油 鶏肉、キャベツ、玉葱、スキムミルク、シチュミックス（小麦）mix ベジタブル、ブロッコリー、コンソメ（小麦） いんげん、醤油	牛乳 きな粉ラスク （麩、きな粉、マーガリン（乳））
17（火）	牛乳 キウイ	わかめ御飯、味噌汁 肉じゃが 白菜の甘酢和え	人参、小松菜、しめじ 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸蒟蒻、グリーンピース、醤油 白菜、胡瓜、わかめ、人参、醤油	牛乳 りんごゼリー （ジュース、ゼラチン）
18（水）	牛乳 オレンジ	麻婆丼 中華スープ 春雨サラダ	豚ミンチ、玉葱、茄子、葱、赤味噌、醤油 人参、ニラ、厚揚げ 春雨、人参、胡瓜、コン、醤油	牛乳 胡麻トースト（食パン（小麦）、 マーガリン（乳））
19（木）	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 すき昆布の煮物 鶏の味噌焼き	人参、豆苗、舞茸 豚肉、昆布、糸蒟蒻、玉葱、人参、醤油 鶏肉、白味噌	牛乳 マドレーヌバター★（小麦、卵、 乳、アーモンド、蜂蜜）
20（金）	牛乳 りんご	白御飯、味噌汁 すき焼き風煮 赤魚の煮付け	人参、薩摩芋、葱 牛肉、豆腐、糸蒟蒻、玉葱、白葱、白菜、水菜、醤油 赤魚、醤油	牛乳 鉄強化プリン☆ （卵）
21（土）	音楽会			
23（月）	牛乳 バナナ	クオータボール 澄まし汁 チリコンカン 黒胡麻サラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、葱、醤油 豚ミンチ、玉葱、大豆、ケチャップ、ホルトマト、コンソメ（小麦） 牛蒡、蓮根、パプリカ、ピーマン、ひじき、黒胡麻、練胡麻、醤油	牛乳 田舎ハイ★ （小麦、卵、乳、蜂蜜）
24（火）	牛乳 キウイ	白御飯、中華スープ 回鍋肉 肉団子の甘辛炒	人参、ニラ、厚揚げ 豚肉、キャベツ、ピーマン、玉葱、人参、椎茸、赤味噌、白葱、オイスターソース（小麦） 肉団子☆（豚鶏肉）、醤油	牛乳 キャロットゼリー （ジュース、ゼラチン）
25（水）	牛乳 オレンジ	ゆかり御飯、味噌汁 鶏肉と根菜の煮物 鯖のあんかけ	人参、白菜、舞茸 鶏肉、牛蒡、蓮根、玉葱、人参、竹輪、三度豆、醤油 鯖、醤油	牛乳 お好み焼き（小麦、キャベツ、 山芋、豆腐、ツナ、コン、 お好みソース（小麦）、花粉）
26（木）	牛乳 黄桃	五目寿司 味噌汁 豆腐ハンバーグ	小松菜、蓮根、人参、ジャコ、醤油 人参、茄子、わかめ 豚ミンチ、高野豆腐、玉葱、人参、醤油	牛乳 メロン ビスコ☆（小麦、乳）
27（金）	牛乳 りんご	カレーライス 味噌汁 青梗菜の胡麻和え	鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、シチュ mix（小麦、乳）、スキムミルク、コンソメ（小麦） 人参、豆腐、豆苗、醤油 青梗菜、人参、コン、醤油	牛乳 ピザトースト（食パン（小麦）、 玉葱、ピーマン、パプリカ、チーズ、ケチャップ）
28（土）	牛乳 ハイハイン☆	ロールパン 焼きそば オレンジ	小麦、卵、乳 中華麺（小麦）、豚肉、玉葱、キャベツ、もやし、人参、焼きそばソース（小麦、海老エキス）	牛乳 市販菓子☆ （小麦、乳）
30（月）	牛乳 バナナ	レーズンパン 澄まし汁 ミトグラタン マカロニサラダ	小麦、卵、乳 人参、大根、わかめ、醤油 合挽きミンチ、茄子、玉葱、ホルトマト、ケチャップ、チーズ マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、練胡麻、醤油	牛乳 豆乳もち （豆乳、きな粉）



- ・ ☆印は市販品を使用しています。★印はシャトレーゼの商品です。太字は新メニューです。
- ・ 竹輪、蒲鉾、平天、ウイナーは通常、卵乳小麦不使用の商品を使用しています。
- ・ 午後間食に使用する市販菓子の原材料の詳細については、当園ホームページに掲載しています。
- ・ 週に 1 回ほど「噛む回数を増やす」献立を入れています（根菜類や海藻類など噛みごたえのある食材を使用することで、顎を鍛える、舌の筋肉の発達と舌を動かす操作性の発達を促します）。
- ・ 食材の入荷都合等により、内容を予告なく変更する場合があります。予めご了承下さい。

栄養素別給与栄養量			
	エネルギー(kal)	タンパク質(g)	脂質(g)
3歳児未満	469	20.1	16
3歳児以上	525	23.2	17.9

