

令和8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
栄養士 林香里

日付	午前間食	昼食	主材料	午後間食
1(月)	牛乳 バナナ	クオータポール 澄まし汁 ポーケビンス マカロニサラダ	小麦、卵 人参、大根、わかめ、醤油 豚肉、玉葱、大豆、ピーマン、ケチャップ マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、練胡麻、醤油	牛乳 胡麻クッキー (小麦、マーガリン、胡麻)
2(火)	牛乳 キウイ	豆ご飯 味噌汁 厚揚げの肉豆腐 鱈のあんかけ	うすいえんどう豆 人参、白菜、しめじ 厚揚げ、豚肉、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 鱈、醤油	牛乳 桃ゼリー☆
3(水)	牛乳 りんご	麻婆丼 中華スープ 青梗菜のツナ和え	豚ミンチ、玉葱、茄子、葱、赤味噌、醤油 人参、ニラ、玉葱 青梗菜、人参、コン、ツナ、醤油	牛乳 カレーラスク (麩、マーガリン、カレー粉)
4(木)	牛乳 黄桃	あんかけ焼きそば 胡麻サラダ オレンジ	焼きそば麺(小麦)、豚肉、玉葱、人参、白菜、椎茸、ピーマン、醤油 キャベツ、人参、胡瓜、練胡麻、醤油	牛乳 きな粉トースト(食パン(小麦)、 きな粉、マーガリン)
5(金)	牛乳 グレープフルーツ	白ご飯、味噌汁 すき昆布の煮物 鶏の葱ソース	人参、薄揚げ、舞茸 豚肉、昆布、糸蒟蒻、玉葱、竹輪、人参、醤油 鶏肉、葱、醤油	牛乳 小松菜の蒸しパン (米粉、小松菜、山芋、豆 乳、バナナ、ベーキングパウダー)
6(土)	牛乳 ハイハイン☆	ガパオ風ライス 澄まし汁 キウイ	豚ミンチ、玉葱、人参、コン、ピーマン、醤油 人参、法蓮草、葱、醤油	牛乳 市販菓子☆(小麦)
8(月)	牛乳 バナナ	レズンパン 澄まし汁 豆腐の加熱煮 黒胡麻サラダ	小麦、卵 人参、大根、わかめ、醤油 豚肉、豆腐、玉葱、法蓮草、シチュー mix(小麦)、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 八ヶ岳高原牧場ヨーグルト★ 鉄強化ウエハース☆(小麦) ※つくし〜すみれ組はハイハインになります
9(火)	牛乳 キウイ	中華丼 中華スープ ナムル	豚肉、玉葱、キャベツ、筍水煮、青梗菜、人参、醤油 人参、ニラ、茄子 小松菜、もやし、人参	牛乳 照り焼きトースト(食パン(小麦)、 玉葱、ツナ、コン、青 梗菜、醤油、チーズ)
10(水)	牛乳 オレンジ	白御飯、味噌汁 いりどり 西京焼き	豆苗、豆腐、薄揚げ 鶏肉、じゃが芋、大豆、人参、グリーンピース、醤油 ホキ、白味噌	牛乳 キャロットゼリー (ジュース、ゼラチン)
11(木) 誕生日 メニュー	牛乳 黄桃	ホットドック フライドポテト チキンケツ ブロッコリーサラダ フルチェ	パン(小麦)キャベツ、人参、ピーマン、ウインナー、ケチャップ (小麦) (小麦) ブロッコリー、人参、コン、醤油 (大豆)※牛乳を使用します	牛乳 誕生日ケーキ★ (小麦、卵、チョコプレー) ※誕生日プレートにはアーモンド が使用されています
12(金)	牛乳 グレープフルーツ	五目寿司 味噌汁 鶏のさっぱり煮	小松菜、蓮根、人参、ジャコ、醤油 人参、葱、舞茸 鶏手羽元、醤油	牛乳 きな粉ラスク (麩、きな粉、マーガリン)
13(土)	牛乳 ハイハイン☆	スティックパン 肉うどん オレンジ	小麦、卵、乳 うどん、牛肉、玉葱、葱、しめじ、人参、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
15 (月)	牛乳 バナナ	メープルスティックパン 澄まし汁 チロコン 蓮コンサラダ	小麦、卵 人参、大根、わかめ、醤油 豚ミンチ、玉葱、大豆、ケチャップ、ホルムト、コンソメ (小麦) 豚肉、蓮根、人参、キャベツ、胡瓜、コン、練胡麻、醤油	牛乳 お好み焼き (小麦粉、キャベツ、山芋、豆腐、ソース (小麦) 花粉)
16 (火)	牛乳 キウイ	白御飯、味噌汁 肉じゃが 赤魚の煮つけ	人参、豆腐、舞茸 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、糸蒟蒻、三度豆、醤油 赤魚、醤油	牛乳 豆乳もち (豆乳、きな粉)
17 (水)	牛乳 オレンジ	白御飯、中華スープ 回鍋肉 肉団子のケチャップ和え	人参、ニラ、茄子 豚肉、キャベツ、ピーマン、玉葱、人参、椎茸、赤味噌、長葱 (鶏豚肉) ケチャップ	牛乳 カルピスセラー (カルピス☆、ゼラチン)
18 (木)	牛乳 黄桃	白御飯、味噌汁 いり豆腐 鶏肉の味噌焼き	人参、薄揚げ、葱 豆腐、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース、醤油 鶏肉、白味噌	牛乳 焼き芋
19 (金)	牛乳 りんご	カレーライス 味噌汁 きのこサラダ	鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、シチュー mix (小麦)、スキムミルク、コンソメ (小麦) 人参、白菜、豆苗 豚肉、キャベツ、しめじ、胡瓜、コン	牛乳 夏みかん 鉄強化ウエハース☆ (小麦) ※つくし〜すみれ組はハイハイになります
20 (土)	音楽会			
22 (月)	牛乳 バナナ	クオータホール 澄まし汁 ミトグラタン ひじきサラダ	小麦、卵 人参、大根、わかめ、醤油 合挽きミンチ、茄子、玉葱、ホルムト、ケチャップ、チーズ ひじき、ツナ、胡瓜、枝豆、人参、コン、練胡麻、醤油	牛乳 もちどら焼き 弓張月☆ (小麦、卵、蜂蜜)
23 (火)	牛乳 キウイ	ゆかりご飯、味噌汁 平天の煮物 白身魚のみぞれ煮	人参、青梗菜、舞茸 平天、玉葱、牛蒡、蓮根、人参、グリーンピース、醤油 ホキ、醤油、大根	牛乳 ピザトースト (食パン (小麦)、玉葱、ピーマン、パプリカ、ケチャップ、チーズ)
24 (水)	オレンジ	白ご飯、中華スープ スタミナ焼き 中華サラダ	人参、葱、厚揚げ 豚肉、玉葱、もやし、人参、ニラ、醤油、コンソメ (小麦) キャベツ、胡瓜、人参、ワカメ、醤油	牛乳 寒天のわらび餅風 (黒糖、ゼラチン、きな粉)
25 (木)	牛乳 黄桃	ジャージャーうどん ブロッコリーのおかか和え メロン	うどん、豚ミンチ、玉葱、人参、胡瓜、筍水煮、赤味噌、醤油 ブロッコリー、人参、黄パプリカ、花鰹、醤油	牛乳 ピーマンマフィン (ホットケーキ MIX、牛乳、ピーマン、バナナ、マーガリン)
26 (金)	牛乳 グレープフルーツ	白御飯、味噌汁 すき焼き風煮 鶏の照り焼き	人参、薄揚げ、しめじ 牛肉、豆腐、糸蒟蒻、玉葱、白葱、白菜、水菜、醤油 鶏肉、醤油	牛乳 鉄強化プリン☆ (卵)
27 (土)	牛乳 ハイハイン☆	白胡麻ロール 焼きそば オレンジ	小麦、卵 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)	牛乳 市販菓子☆ (小麦)
29 (月)	牛乳 バナナ	レーズンパン 澄まし汁 クリーム煮 いんげんの胡麻和え	小麦、卵 人参、大根、わかめ、醤油 鶏肉、キャベツ、玉葱、スキムミルク、シチューミックス (小麦) mix ベジタブル、ブロッコリー、コンソメ (小麦) 三度豆、醤油	牛乳 北海道産小麦のたまご蒸しケーキ★ (小麦、卵)
30 (火)	牛乳 キウイ	白ご飯、中華スープ 厚揚げの味噌炒め 一口焼売☆	人参、ニラ、茄子 豚肉、厚揚げ、玉葱、人参、赤味噌、醤油 (小麦)	牛乳 オレンジセラー☆ (大豆)



- ・ ☆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	447	20.4	14.9
3歳児以上	499	23.2	16.6

