

2025年 6月の給食予定献立表 (3才未満児)

なんでもたべて げんきに あそぼうね!

さくらんぼ保育園

曜日	日	こ ン だ て め い	赤のなかま	黄のなかま	緑のなかま	白のなかま	エネルギー 蛋白質脂質塩分
			血や肉になる	力や体温になる	体の調子を整える	調味料・その他	
月	2	まめカレー	豚肉 ミックス豆	じゃがいも	人参 玉葱	カレールー	603kcal
	16	じゃこサラダ あまなつ	じゃこ	三温糖 ごま油	人参 キャベツ きゅうり 甘夏	酢 塩 しょうゆ	22.9g
30	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			19.9g
	午後おやつ	ぎゅうにゅう ほうとうのかりんとう	牛乳	ほうとう 三温糖 白いりごま 油		しょうゆ	1.7g
火	3	とうふのあんかけ	絹豆腐 豚挽肉	三温糖 片栗粉	人参 玉葱 乾椎茸	しょうゆ	444kcal
	17	ほうれんそうのごまあえ		白すりごま	ほうれん草	しょうゆ	18.1g
17	わかめスープ				玉葱 えのき茸 チンゲン菜	昆布 鰹節 ワカメ 塩	13.2g
	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.4g
17	午後おやつ	ヨーグルト りんご おかし いりざかな	ヨーグルト 小魚	おかし	りんご		
	4	にざかな	メカジキ	三温糖		しょうゆ	505kcal
水	4	ブロッコリーのひじきマヨサラダ			ブロッコリー コーン缶	ひじき マヨドレ 塩 酢	23.8g
	18	とうふのみそしる	絹豆腐 味噌		人参 玉葱 しめじ 小松菜	昆布 煮干し	15.3g
18	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			2.4g
	午後おやつ	ぎゅうにゅう じゃがいものベーコンのもの あまなつ	無添加ベーコン	じゃがいも 三温糖	甘夏	しょうゆ	
木	5	とりにくのケチャップいため	鶏肉	三温糖 油	人参 玉葱	ケチャップ しょうゆ	498kcal
	19	キャベツとツナのすのもの	ツナ缶	三温糖	キャベツ ほうれん草	塩 酢	23.8g
19	オクラとまいたけのスープ	絹豆腐			舞茸 オクラ	昆布 鰹節 塩 コンソメ	17.0g
	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.4g
19	午後おやつ	ぎゅうにゅう おかし りんご	牛乳	おかし	りんご		
	6	メルルーサのてりやき	メルルーサ	三温糖		しょうゆ	601kcal
金	20	きりぼしだいこんのもの	油揚げ	三温糖	人参 切干大根 乾椎茸	しょうゆ	25.7g
	20	じゃがいものみそしる あまなつ	味噌	じゃがいも	玉葱 しめじ 小松菜 甘夏	昆布 煮干し	15.9g
20	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			2.4g
	午後おやつ	ぎゅうにゅう チーズむしばん	牛乳 チーズ	小麦粉 三温糖		B.P	
土	7	バターロールパン ぎゅうにゅう	牛乳	バターロールパン		しょうゆ	459kcal
	21	ぶたにくのあまからいため	豚肉	三温糖 油	キャベツ 玉葱	しょうゆ	19.7g
21	マカロニサラダ くだもの			マカロニ	人参 きゅうり	マヨドレ 酢 塩	17.7g
	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.1g
21	午後おやつ	むぎぢゃ おかし		おかし		麦茶	
	9	ひじきごはん	豚挽肉 油揚げ	三温糖	人参 さやいんげん 乾椎茸	しょうゆ ひじき	399kcal
月	23	こまつなのしらすあえ	しらす干し		小松菜	しょうゆ	16.7g
	23	にらととうふのスープ	絹豆腐		ニラ えのき茸 玉葱	昆布 鰹節 塩	10.8g
23	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.3g
	午後おやつ	ぎゅうにゅう フルーツかんでん	牛乳	三温糖	桃缶 みかん缶 パイン缶	寒天	
火	10	さばのみそに	サバ 味噌	三温糖		しょうゆ ひじき	474kcal
	24	じゃがいものシャキシャキサラダ		じゃがいも 三温糖 ごま油	人参 もやし きゅうり	酢 塩 しょうゆ	22.7g
24	さやえんどうのみそしる	味噌 絹豆腐			さやえんどう 玉葱 しめじ	昆布 煮干し ワカメ	13.4g
	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			2.0g
24	午後おやつ	ぎゅうにゅう あまなつ おかし するめ	牛乳	おかし	甘夏		
	11	しよくばん トマトソースのとうふハンバーグ	木綿豆腐 豚挽肉	三温糖 片栗粉 食パン	玉葱 トマト缶	ケチャップ しょうゆ	549kcal
水	25	スティックきゅうり			きゅうり	塩	26.1g
	25	チキンとうにゅうシチュー	豆乳 鶏肉	じゃがいも 米粉	人参 玉葱 ブロッコリー	塩 コンソメ	17.3g
25	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.6g
	午後おやつ	むぎぢゃ やこめごはんのおにぎり りんご	しらす干し	米 三温糖 白いりごま	大豆 りんご	麦茶 しょうゆ	
木	12	メルルーサのマヨネーズやき	メルルーサ	三温糖	人参 玉葱 コーン缶	しょうゆ マヨドレ	450kcal
	26	きゃべつのゆかりあえ			キャベツ	ゆかり	20.9g
26	ちんげんさいのスープ				チンゲン菜 玉葱 えのき茸	昆布 鰹節 塩	14.2g
	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			0.9g
26	午後おやつ	ぎゅうにゅう おかし あまなつ	牛乳	おかし	甘夏		
	13	ひやむぎ(乳:うどん)	鶏肉	冷麦 三温糖	人参 玉葱 乾椎茸 長ねぎ ほうれん草	昆布 鰹節 しょうゆ	381kcal
金	27	オクラのツナマヨあえ あまなつ	ツナ缶		オクラ	マヨドレ 酢	18.8g
	27	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	おかし			12.2g
27	午後おやつ	ぎゅうにゅう ゆでとうもろこし	牛乳		とうもろこし		1.4g
	14	バターロールパン ぎゅうにゅう	牛乳	バターロールパン		しょうゆ	442kcal
土	28	にくだんごに	豚挽肉	三温糖 片栗粉	玉葱	しょうゆ	19.2g
	28	ちゅうかサラダ くだもの		三温糖 ごま油 白いりごま	人参 キャベツ きゅうり コーン缶	酢 しょうゆ 塩	16.2g
28	午前おやつ	ぎゅうにゅう おかし	牛乳	おかし			1.8g
	午後おやつ	むぎぢゃ おかし		おかし		麦茶	

*今月は、よく噛んで食べることをポイントに献立を立てました。

*乳児はりんごが固く食べづらいため、咀嚼の力がついてきたら出すようにしていきます。

