

令和7年6月予定献立表

すいか・ぶどう組

日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日
屋食	鶏肉のソース炒め (鶏肉、玉ねぎ、長ねぎ) ブロッコリーおかかおえ (ブロッコリー、竹輪) みそ汁 (大根、油揚げ、いんげん) バナナ	アジの南蛮漬け (アジ、玉ねぎ、ピーマン、コーン) 炒り豆腐 (豆腐、ひじき、小松菜) みそ汁 (しめじ、かぼちゃ) ゼリー	鶏肉のケチャップ照り焼き 中華サラダ (もやし、カニカマ、胡瓜、人参) ワントンスープ (ワントン、玉ねぎ、ニラ) グレープフルーツ	あんかけ焼きそば (鶏肉、白飯、たけのこ、玉ねぎ、人参、海苔) シューマイ かぼちゃサラダ (かぼちゃ、胡瓜、人参) バナナ	チャプチェ (鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、春雨、ニラ) ほうれん草ごま和え (ほうれん草、もやし、人参) みそ汁 (里芋、わかめ、長ねぎ) フルーチェ	
午後おやつ	ビスケット 牛乳 エネルギー：530kcal 脂質：11.8g たんばく質：17.3g 塩分：1.5g	◎コーンフレークおこし 麦茶 エネルギー：530kcal 脂質：10.8g たんばく質：18.6g 塩分：1.7g	◎かむかむじゃが芋パン 牛乳 エネルギー：507kcal 脂質：16.2g たんばく質：20.2g 塩分：1.6g	◎お麴ラスク 牛乳 エネルギー：517kcal 脂質：19.6g たんばく質：21.1g 塩分：1.7g	◎おかかおにぎり 麦茶 エネルギー：557kcal 脂質：11.2g たんばく質：18.1g 塩分：1.9g	
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日
屋食	甘辛ミートボール (ミートボール、玉ねぎ) わかめ胡麻酢和え (わかめ、キャベツ、ツナ) すまし汁 (お豆腐、小松菜、しめじ) グレープフルーツ	麻婆豆腐 (豆腐、ひき肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、ニラ) マセドアンサラダ (じゃが芋、胡瓜、コーン) ばくばく胡瓜 バナナ	チキントマト煮 (鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、人参) ほうれん草ソテー (ほうれん草、ツナ、もやし、人参) ポトフ風スープ (ウインナー、じゃが芋、玉ねぎ) オレンジ	コロッケ 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウインナー) わかたまスープ (わかめ、卵、えのき、長ねぎ) バナナ	鶏肉のごま味噌焼き 海藻サラダ (ツナ、コーン) みそ汁 (玉ねぎ、かぼちゃ、お豆腐) フルーツヨーグルト	
午後おやつ	◎メロンパントースト 牛乳 エネルギー：507kcal 脂質：13.7g たんばく質：19.1g 塩分：1.9g	◎みかんマフィン 牛乳 エネルギー：574kcal 脂質：18.2g たんばく質：21.7g 塩分：1.6g	おからの実かりんとう 牛乳 エネルギー：548kcal 脂質：16.8g たんばく質：18.2g 塩分：1.7g	◎ドロップクッキー 牛乳 エネルギー：585kcal 脂質：16.8g たんばく質：15.4g 塩分：1.9g	◎きなこちんすこう 麦茶 エネルギー：520kcal 脂質：18.4g たんばく質：18.4g 塩分：1.4g	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
屋食	サバの味噌煮 春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、カニカマ) みそ汁 (ほうれん草、大根、しめじ) オレンジ	からあげ トマト添え ツナサラダ (ツナ、キャベツ、胡瓜) みそ汁 (わかめ、豆腐、長ねぎ) ゼリー	ポークチャップ (豚肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン) フライドポテト マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、コーン、人参) バナナ	タンドリーチキン ビーフソテー (鶏肉、ビーフン、玉ねぎ、人参、ピーマン) 小松菜おかか和え (小松菜、竹輪、もやし) グレープフルーツ	フルーツサンド ロールパン チーズハンバーグ ブロッコリーハムサラダ (ブロッコリー、ハム、コーン) コンソメスープ (白菜、ベーコン、豆腐)	
午後おやつ	◎スノーボール 麦茶 エネルギー：522kcal 脂質：19.2g たんばく質：18.3g 塩分：1.4g	たいやき 麦茶 エネルギー：542kcal 脂質：13.9g たんばく質：18.1g 塩分：0.9g	◎マシュマロサンド 麦茶 エネルギー：556kcal 脂質：22.8g たんばく質：15.2g 塩分：0.9g	◎豆腐ドーナツ 牛乳 エネルギー：538kcal 脂質：18.9g たんばく質：22.8g 塩分：1.2g	◎だめきおにぎり 麦茶 エネルギー：546kcal 脂質：19.4g たんばく質：18.9g 塩分：1.9g	
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
屋食	ミートボール風あん ささみサラダ (ささみ、白菜、人参) 野菜スープ (ほうれん草、玉ねぎ、人参) バナナ	鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草ソテー (ほうれん草、ピーマン、ウインナー、玉ねぎ) 具沢山汁 (大根、人参、里芋、油揚げ、長ねぎ、高野豆腐、小松菜) ゼリー	チキンカレー (鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参) 豆菜サラダ (大豆、チンゲン菜、キャベツ、カニカマ) フルーツポンチ (みかん、洋梨、りんご、バナナ)	ずき焼き風煮 (鶏肉、豆腐、白菜、人参、玉ねぎ、しいたけ、春雨) ジャーマンポテト (じゃが芋、ウインナー) トマトサラダ (トマト、胡瓜、ツナ) バナナ	さわら味噌マヨ焼き かぼちゃサラダ (かぼちゃ、胡瓜、人参) みそ汁 (わかめ、豆腐、長ねぎ) グレープフルーツ	
午後おやつ	◎かぼちゃクッキー 牛乳 エネルギー：521kcal 脂質：16.3g たんばく質：17.4g 塩分：1.7g	鉄ウエハース 野菜ジュース エネルギー：542kcal 脂質：13.1g たんばく質：17.3g 塩分：1.3g	◎おかかチーズおにぎり 麦茶 エネルギー：521kcal 脂質：9.3g たんばく質：15.1g 塩分：1.4g	◎マシュマロドロップクッキー 麦茶 エネルギー：546kcal 脂質：18.9g たんばく質：18.6g 塩分：1.3g	せんべい 牛乳 エネルギー：522kcal 脂質：16.8g たんばく質：17.0g 塩分：1.2g	
日付	30日					
屋食	ミートソースパスタ (豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン) ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、人参) コンソメスープ (ほうれん草、ベーコン、豆腐) フルーツヨーグルト				ごはんがいない日 5日、20日、30日 未満児は毎日、主食提供です	
午後おやつ	◎菜飯おにぎり 麦茶 エネルギー：510kcal 脂質：18.1g たんばく質：19.4g 塩分：1.6g					

3歳未満児…エネルギー 461kcal (46.7) たんばく質 16.0g (19.8) 脂質 14.1g (13.0) 塩分 1.1g (1.4)
 3歳以上児…エネルギー 535kcal (57.4) たんばく質 19.0g (24.4) 脂質 16.3g (15.9) 塩分 1.6g (1.5)
 ※ () 内は給与栄養目標量です。栄養価にははんも含まれています。

※都合により一部変更する場合があります。

令和7年6月予定献立表

ばなな組

日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	鶏肉のソース炒め (鶏肉、玉ねぎ、長ねぎ) ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、竹輪) みそ汁 (大根、油揚げ、いんげん) バナナ	アジの南蛮漬け (アジ、玉ねぎ、ピーマン、コーン) 炒り豆腐 (豆腐、ひじき、小松菜) みそ汁 (しめじ、かぼちゃ) ゼリー	鶏肉のケチャップ照り焼き 中華サラダ (もやし、カニカマ、胡瓜、人参) ワンドンスープ (ワンドン、玉ねぎ、ニラ) グレープフルーツ	お弁当♪ 	チャプチェ (豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、春雨、ニラ) ほうれん草ごま和え (ほうれん草、もやし、人参) みそ汁 (里芋、わかめ、長ねぎ) フルーチェ	
午後おやつ	ビスケット 牛乳 エネルギー：530kcal脂質：11.8g たんぱく質：17.3g塩分：1.5g	◎コーンフレックおこし 麦茶 エネルギー：530kcal脂質：10.8g たんぱく質：18.6g塩分：1.7g	◎かむかむじゃが芋パン 牛乳 エネルギー：507kcal脂質：16.2g たんぱく質：20.2g塩分：1.6g	◎お昼ラスク 牛乳 エネルギー：557kcal脂質：11.2g たんぱく質：18.1g塩分：1.9g	◎おかかおにぎり 麦茶 エネルギー：557kcal脂質：11.2g たんぱく質：18.1g塩分：1.9g	
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	甘辛ミートボール (ミートボール、玉ねぎ) わかめ胡麻酢和え (わかめ、キャベツ、ツナ) すまし汁 (おつゆ、小松菜、しめじ) グレープフルーツ	麻婆豆腐 (豆腐、ひき肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、ニラ) マゼドアンサラダ (じゃが芋、胡瓜、コーン) ばくばく胡瓜 バナナ	チキントマト煮 (鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、人参) ほうれん草ソテー (ほうれん草、ツナ、もやし、人参) ポトフ風スープ (ウィンナー、じゃが芋、玉ねぎ) オレンジ	コロッケ 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) わかたまスープ (わかめ、卵、えのき、長ねぎ) バナナ	鶏肉のごま味噌焼き 海藻サラダ (ツナ、コーン) みそ汁 (玉ねぎ、かぼちゃ、おつゆ) フルーツヨーグルト	
午後おやつ	◎メロンパントースト 牛乳 エネルギー：507kcal脂質：13.7g たんぱく質：19.1g塩分：1.9g	◎みかんマフィン 牛乳 エネルギー：574kcal脂質：18.2g たんぱく質：21.7g塩分：1.6g	おからの実かりんとう 牛乳 エネルギー：548kcal脂質：16.8g たんぱく質：18.2g塩分：1.7g	◎ドロップクッキー 牛乳 エネルギー：585kcal脂質：16.8g たんぱく質：15.4g塩分：1.9g	◎きなこちんすこう 麦茶 エネルギー：520kcal脂質：18.4g たんぱく質：18.4g塩分：1.4g	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	サバの味噌煮 春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、カニカマ) みそ汁 (ほうれん草、大根、しめじ) オレンジ	からあげ トマト添え ツナサラダ (ツナ、キャベツ、胡瓜) みそ汁 (わかめ、豆腐、長ねぎ) ゼリー	ポークチャップ (豚肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン) フライドポテト マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、コーン、人参) バナナ	タンドリーチキン ビーフソテー (豚肉、ピーマン、玉ねぎ、人参、ピーマン) 小松菜おかか和え (小松菜、竹輪、もやし) グレープフルーツ	フルーツサンド ロールパン チーズハンバーグ ブロッコリーハムサラダ (ブロッコリー、ハム、コーン) コンソメスープ (白菜、ベーコン、豆腐)	
午後おやつ	◎スノーボール 麦茶 エネルギー：522kcal脂質：19.2g たんぱく質：18.3g塩分：1.4g	たいやき 麦茶 エネルギー：542kcal脂質：13.9g たんぱく質：18.1g塩分：0.9g	◎マシュマロサンド 麦茶 エネルギー：556kcal脂質：22.8g たんぱく質：15.2g塩分：0.9g	◎豆腐ドーナツ 牛乳 エネルギー：538kcal脂質：18.9g たんぱく質：22.8g塩分：1.2g	◎だめきおにぎり 麦茶 エネルギー：546kcal脂質：19.4g たんぱく質：18.9g塩分：1.9g	
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	ミートボール和風あん ささみサラダ (ささみ、白菜、人参) 野菜スープ (ほうれん草、玉ねぎ、人参) バナナ	鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草ソテー (ほうれん草、ピーマン、ウィンナー、玉ねぎ) 具沢山汁 (大根、人参、里芋、油揚げ、長ねぎ、高野豆腐、小松菜) ゼリー	チキンカレー (鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参) 豆菜サラダ (大豆、チンゲン菜、キャベツ、カニカマ) フルーツポンチ (みかん、洋梨、りんご、バナナ)	すき焼き風煮 (豚肉、豆腐、白菜、人参、玉ねぎ、しいたけ、春雨) ジャーマンポテト (じゃが芋、ウィンナー) トマトサラダ (トマト、胡瓜、ツナ) バナナ	さわら味噌マヨ焼き かぼちゃサラダ (かぼちゃ、胡瓜、人参) みそ汁 (わかめ、豆腐、長ねぎ) グレープフルーツ	
午後おやつ	◎かぼちゃクッキー 牛乳 エネルギー：521kcal脂質：16.3g たんぱく質：17.4g塩分：1.7g	鉄ウエハース 野菜ジュース エネルギー：542kcal脂質：13.1g たんぱく質：17.3g塩分：1.3g	◎おかかチーズおにぎり 麦茶 エネルギー：521kcal脂質：9.3g たんぱく質：15.1g塩分：1.4g	◎マシュマロドロップクッキー 麦茶 エネルギー：546kcal脂質：18.9g たんぱく質：18.6g塩分：1.3g	せんべい 牛乳 エネルギー：522kcal脂質：16.8g たんぱく質：17.0g塩分：1.2g	
日付	30日					
昼食	ミートソースパスタ (豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン) ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、人参) コンソメスープ (ほうれん草、ベーコン、豆腐) フルーツヨーグルト				ごはんがいない日 20日、30日 未満児は毎日主食提供です	
午後おやつ	◎菜飯おにぎり 麦茶 エネルギー：510kcal脂質：18.1g たんぱく質：19.4g塩分：1.6g					

3歳未満児…エネルギー 461kcal (467) たんぱく質 16.0g (19.8) 脂質 14.1g (13.0) 塩分 1.1g (1.4)
 3歳以上児…エネルギー 535kcal (574) たんぱく質 19.0g (24.4) 脂質 16.3g (15.9) 塩分 1.6g (1.5)
 ※ () 内は給与栄養目標量です。栄養価には含まれていません。

※都合により一部変更する場合があります。