

令和7年6月予定献立表

未満児

日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日
午前おやつ	ヨーグルト	ビスコ 麦茶	ゼリー	シニア	せんべい 麦茶	
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	あんかけ焼きそば (豚肉、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 (豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、海苔、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) ブルーチェ	
午後おやつ	ビスケット 牛乳	◎コーンフレークおこし 麦茶	◎かむかむじゃが芋パン 牛乳	◎お駄ラスク 牛乳	◎おかかおにぎり 麦茶	
	エネルギー：378kcal脂質：10.8g たんぱく質：16.2g塩分：1.3g	エネルギー：448kcal脂質：10.5g たんぱく質：15.0g塩分：1.3g	エネルギー：462kcal脂質：12.6g たんぱく質：15.2g塩分：1.3g	エネルギー：481kcal脂質：15.8g たんぱく質：22.1g塩分：1.8g	エネルギー：441kcal脂質：9.4g たんぱく質：14.2g塩分：1.6g	
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日
午前おやつ	りんごジュース	せんべい 麦茶	りんごジュース	ビスケット 麦茶	ビスコ 牛乳	
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 (豚肉、玉ねぎ、人参、いんげん、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	鶏肉のこま味噌焼き 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	◎みかんマフィン 牛乳	おからの実かりんどう 牛乳	◎ドロップクッキー 牛乳	◎きなこちんすこう 麦茶	
	エネルギー：428kcal脂質：10.0g たんぱく質：13.6g塩分：1.2g	エネルギー：476kcal脂質：13.9g たんぱく質：12.3g塩分：1.5g	エネルギー：486kcal脂質：14.4g たんぱく質：16.8g塩分：1.4g	エネルギー：458kcal脂質：15.0g たんぱく質：16.9g塩分：1.4g	エネルギー：492kcal脂質：19.7g たんぱく質：17.5g塩分：1.2g	
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日
午前おやつ	せんべい 牛乳	シニア	りんごジュース	クラッカー 麦茶	ビスケット 牛乳	
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	タンダーチキン ビーフソテー (豚肉、ビーフ、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	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) バナナ	
午後おやつ	◎スノーボール 麦茶	だいやき 麦茶	◎マシュマロサンド 麦茶	◎豆腐ドーナッツ 牛乳	◎たぬきおにぎり 麦茶	
	エネルギー：486kcal脂質：18.9g たんぱく質：16.6g塩分：1.2g	エネルギー：447kcal脂質：11.2g たんぱく質：19.2g塩分：1.7g	エネルギー：468kcal脂質：18.2g たんぱく質：11.9g塩分：0.9g	エネルギー：425kcal脂質：15.6g たんぱく質：17.7g塩分：1.2g	エネルギー：431kcal脂質：15.7g たんぱく質：16.2g塩分：1.7g	
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日
午前おやつ	ヨーグルト	ビスコ 麦茶	せんべい 牛乳	シニア	ゼリー	
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、タンタン菜、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 (豚肉、玉ねぎ、人参、しめじ、いんげん、わかめ) 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	ざわら味噌マヨ焼き 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	鉄ウエハース 野菜ジュース	◎おかかチーズおにぎり 麦茶	◎マシュマロドロップクッキー 麦茶	せんべい 牛乳	
	エネルギー：464kcal脂質：13.9g たんぱく質：16.4g塩分：1.8g	エネルギー：453kcal脂質：12.0g たんぱく質：13.6g塩分：1.1g	エネルギー：470kcal脂質：11.3g たんぱく質：15.1g塩分：1.1g	エネルギー：485kcal脂質：15.0g たんぱく質：19.7g塩分：1.2g	エネルギー：456kcal脂質：12.4g たんぱく質：15.3g塩分：1.6g	
日付	30日					
午前おやつ	りんごジュース					
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				ごはんがいらない日 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：469kcal脂質：14.8g たんぱく質：15.7g塩分：1.4g					

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)
 ※ () 内は給食目標値です。栄養価にご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。