

2025年06月

献立表

本のほいくえん(一般)

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (Jは未測定)	材 料 名				行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
02月	牛乳、ハイハイ	ごはん、アジフライ、豆腐サラダ、ほうれんそうの味噌汁、ネーブル	牛乳、レモンケーキ、いりこ	535.8(428.1) 20.5(15.4) 19.1(15.7) 1.4(1.0)	半つき米、○薄力粉、薄力粉、○三温糖、油、マヨネーズ、パン粉、○油、三温糖、ごま油、○砂糖	○牛乳、木綿豆腐、あじ、○豆乳、淡色みそ、○いわし(煮干し)、○卵、○牛乳	オレンジ・ネーブル、もやし、たまねぎ、ほうれんそう(夏)、にんじん、きゅうり、○レモン果汁、ごま	煮干だし汁、酢、しょうゆ、食塩	
03火	牛乳、ネーブル	ごはん、五目玉子の甘酢あんかけ、きゅうりの酢の物、キクラゲの中巻スープ、バナナ	牛乳、じゃがいももち、いりこ	518.5(411.8) 22.3(16.2) 19.1(15.3) 1.6(1.1)	半つき米、○じゃがいも、○片栗粉、○マヨネーズ、油、三温糖、砂糖、○油、片栗粉、ごま油	○牛乳、卵、鶏ひき肉、○ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、○牛乳	もやし、きゅうり、バナナ、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、グリーンピース(冷凍)、薬ねぎ、ごま、黒きくらげ、干しいたけ、○オレンジ・ネー	酢、しょうゆ、鶏ガラスープの素、ケチャップ、食塩、○食塩	
04水	牛乳、にんじんスティック	ごはん、豆腐チンブルー、のりじゃこ和え、そうめんのすまし汁、グレープフルーツ	牛乳、チョコクリームサンド、いりこ	485.2(403.6) 23.5(18.0) 13.1(11.3) 1.8(1.4)	半つき米、○食パン、干しうめん、○三温糖、○薄力粉、三温糖、焼ふ、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、○豆乳、卵、しらす干し、○いわし(煮干し)、かつお節、○牛乳	グレープフルーツ、ごまつな、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、カットわかめ、焼きのり、○にんじん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩、○かつお・昆布だし汁	
05木	牛乳、いちごヨーグルト	米粉パン、クリスピーチキン、コーンサラダ、豆乳スープ、バナナ	牛乳、ツナきゅうりおにぎり、いりこ	535.6(442.5) 26.3(21.1) 18.9(16.7) 1.7(1.3)	米粉ロール(乳卵×)、○半つき米、コーンフレーク、○マヨネーズ、マヨネーズ、三温糖	○牛乳、豆乳、鶏もも肉、○ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	キャベツ、きゅうり、バナナ、たまねぎ、赤ピーマン、しめじ、にんじん、コーン(冷凍)、○塩こんが、○きゅうり、○いちごジャム	酢、小麦不使用ブイオン、食塩	
06金	牛乳、バナナ	ごはん、豆腐の松風焼き、もやしのレモン和え、さつま芋の味噌汁、メロン	牛乳、黒糖蒸しパン、いりこ	525.7(418.0) 21.0(15.8) 13.4(11.5) 1.6(1.1)	半つき米、さつま芋(皮付)、○薄力粉、○黒砂糖、片栗粉、三温糖、○油	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、○豆乳、淡色みそ、○いわし(煮干し)、○牛乳	もやし、メロン(緑肉)、赤ピーマン、たまねぎ、きゅうり、にんじん、しめじ、○干しぶどう、レモン果汁、ごま、あおのり、○バナナ	煮干だし汁、しょうゆ、食塩	
07土	牛乳、ハイハイ	参観日のため給食・午後おやつなし		0.0(61.2) 0.0(2.8) 0.0(3.1) 0.0(0.1)		○牛乳			参観日
09月	牛乳、クラッカーサンド	ごはん、かれいのごま照り焼き、キャベツのゆかり和え、豆腐の味噌汁、バナナ	牛乳、ココアホットケーキ、いりこ	494.1(418.6) 23.8(20.0) 12.5(11.2) 1.8(1.3)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、○マヨネーズ、油、○油	○牛乳、かれい、木綿豆腐、○豆乳、淡色みそ、○いわし(煮干し)、○卵、○牛乳	キャベツ、バナナ、きゅうり、にんじん、しめじ、たまねぎ、ごま、○ブルーベリージャム	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、酒、○食塩	
10火	牛乳、バナナ	ごはん、塩レモンチキン、味噌ドレサラダ、レタススープ、パイナップル	牛乳、豆腐のお好み焼き、いりこ	479.5(390.1) 22.3(16.7) 16.8(13.7) 1.8(1.2)	半つき米、○薄力粉、片栗粉、油、三温糖、○マヨネーズ、○油、ごま油	○牛乳、鶏もも肉、○木綿豆腐、○豚肉(もも)、○いわし(煮干し)、○卵、淡色みそ、○牛乳	キャベツ、○バナナ、パイナップル、ほうれんそう(夏)、○キャベツ、にんじん、コーン(冷凍)、レタス、○にんじん、えのきたけ、レ	濃厚ソース、しょうゆ、酢、鶏ガラスープの素、食塩	
11水	牛乳、にんじんスティック	ごはん、野菜炒め、ポテトサラダ、なめこの味噌汁、グレープフルーツ	牛乳、大学芋、いりこ	579.0(457.4) 22.3(16.6) 19.8(16.0) 1.5(1.1)	○さつま芋、半つき米、じゃがいも、○三温糖、マヨネーズ、○油、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ツナ油漬缶、淡色みそ、○いわし(煮干し)、○牛乳	グレープフルーツ、キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、なめこ、エリンギ、薬ねぎ、ピーマン、○黒ごま、○にんじん	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、○しょうゆ、食塩、○かつお・昆布だし汁	
12木	牛乳、ネーブル	ごはん、ジャージャー麺、中華サラダ、ワカメスープ、バナナ	牛乳、フルーツポンチ、いりこ	541.6(430.5) 20.7(15.4) 13.9(11.5) 2.3(1.6)	ゆで中巻めん、半つき米、○三温糖、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、赤みそ、○いわし(煮干し)、○牛乳	もやし、バナナ、たまねぎ、○オレンジジュース、○みかん缶、黄ピーマン、○バナナ、チンゲンサイ、○パイナップル、しめじ、にんじん、白ネ	鶏ガラスープの素、しょうゆ、みりん、おろしにんにく、おろししょうが	
13金	牛乳、ハイハイ	りんごパン、チキンナゲット、ひじきサラダ、オニオンスープ、ネーブル	牛乳、蒸餾おにぎり、いりこ	558.0(436.2) 23.4(16.9) 21.0(16.6) 1.9(1.3)	○半つき米、りんごブチパン(乳卵×)、油、薄力粉、三温糖、マヨネーズ	○牛乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、○かつお節、○牛乳	オレンジ・ネーブル、キャベツ、たまねぎ、コーン(冷凍)、赤ピーマン、○ごまつな、にんじん、エリンギ、○ごま、ひじき、しょうが、にんにく	ケチャップ、酢、○しょうゆ、しょうゆ、鶏ガラスープの素、○食塩、食塩	
14土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	すき焼き丼、もやしの味噌汁、バナナ	牛乳、さつま芋ロール	511.2(464.7) 19.4(16.5) 14.4(13.3) 1.5(1.3)	半つき米、○さつま芋ロール(乳卵×)、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、焼き豆腐、淡色みそ、○牛乳	バナナ、にんじん、もやし、たまねぎ、ほうれんそう(夏)、しいたけ、白ネギ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	
16月	牛乳、バナナ	ごはん、酢豚、やみつきキャベツ、春雨スープ、グレープフルーツ	牛乳、人参スコーン、いりこ	531.2(422.3) 20.5(15.5) 14.3(12.1) 1.7(1.2)	半つき米、○薄力粉、はるさめ、○油、片栗粉、○三温糖、三温糖、ごま油	○牛乳、豚肉(もも)、○豆乳、○いわし(煮干し)、○牛乳	キャベツ、グレープフルーツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、○にんじん、ピーマン、にら、○干しぶどう、コーン(冷凍)、焼きのり、○バナナ	しょうゆ、鶏ガラスープの素、酢、ケチャップ、食塩	
17火	牛乳、ハイハイ	ごはん、あかうおのみそ焼き、もやしとささみの和え物、小松菜のすまし汁、ネーブル	牛乳、フライドポテト、いりこ	483.1(382.4) 23.6(17.7) 17.8(14.3) 1.2(0.9)	半つき米、○じゃがいも、○油、三温糖、油、○片栗粉、○薄力粉	○牛乳、あかうお、鶏ささ身、油揚げ、○いわし(煮干し)、淡色みそ、○牛乳	もやし、オレンジ・ネーブル、にんじん、きゅうり、ごまつな、えのきたけ、ごま、ひじき	かつお・昆布だし汁、酢、みりん、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、○食塩、食塩	
18水	牛乳、にんじんスティック	ごはん、チヤブチ、ほうれん草のナムル、鶏だんご汁、パイナップル	牛乳、ジャム蒸しパン、いりこ	524.4(408.1) 23.2(17.0) 15.5(12.7) 1.8(1.3)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、はるさめ、ごま油、○油、片栗粉、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、鶏ひき肉、○豆乳、○いわし(煮干し)、○牛乳	もやし、にんじん、パイナップル、ほうれんそう(夏)、たまねぎ、はくさい、赤ピーマン、にら、エリンギ、えのきたけ、○いちごジャム、白ネギ、ご	しょうゆ、鶏ガラスープの素、酢、酒、食塩、○かつお・昆布だし汁	
19木	牛乳、さくさくヨーグルト	ごはん、ちくわの磯辺揚げ、納豆和え、粽汁、ネーブル	牛乳、焼きビーパン、いりこ	483.7(427.2) 23.5(20.1) 14.9(14.2) 1.9(1.6)	半つき米、○ビーパン、てんぷら粉、油、○ごま油、三温糖、○三温糖、○コーンフレーク	○牛乳、ちくわ、焼きわり納豆、○豚肉(もも)、豚肉(もも)、淡色みそ、○いわし(煮干し)、かつお節、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	オレンジ・ネーブル、キャベツ、にんじん、ごまつな、だいこん、○たまねぎ、○にんじん、ごぼう、○ピーマン、薬ねぎ、あおのり	煮干だし汁、しょうゆ、○しょうゆ、○鶏ガラスープの素、食塩	
20金	牛乳、ネーブル	ごはん、黒糖パン、ホークチャップ、ブロッコリーサラダ、もやしスープ、バナナ	牛乳、じゃこおにぎり、いりこ	683.3(529.6) 25.3(18.5) 18.3(14.9) 1.8(1.3)	半つき米、○半つき米、黒糖パン(乳卵×)、マヨネーズ、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、○いわし(煮干し)、○しらす干し、○かつお節、○牛乳	バナナ、たまねぎ、トマト、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、もやし、エリンギ、ピーマン、しめじ、○ごま、○オレンジ・ネーブル	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、おろしにんにく、食塩	
21土	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ミートスパゲティ、コーンサラダ、グレープフルーツ	牛乳、りんごパン	430.6(421.5) 17.8(16.3) 13.5(13.0) 1.2(1.1)	○りんごブチパン(乳卵×)、スパゲティ、三温糖、油	○牛乳、豚ひき肉、○牛乳	キャベツ、グレープフルーツ、にんじん、たまねぎ、トマトピューレ、しいたけ、きゅうり、コーン(冷凍)、○いちごジャム	ケチャップ、酢、中濃ソース、小麦不使用ブイオン、食塩	
23月	牛乳、クラッカーサンド(ブルーベリージャム)	カレーライス、コールスローサラダ、バナナ	牛乳、高野豆腐のコロコロ揚げ、いりこ	588.4(546.6) 31.1(27.3) 24.8(22.8) 1.1(0.8)	半つき米、○三温糖、○油、○片栗粉、マヨネーズ、油、三温糖、米粉	○牛乳、○凍り豆腐、豚肉(もも)、ツナ油漬缶、○きな粉、○いわし(煮干し)、○牛乳	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、かぼちゃ、きゅうり、しめじ、○ブルーベリージャム	ケチャップ、酢、○食塩、食塩、中濃ソース、カレー粉	
24火	牛乳、クラッカーサンド	ごはん、鮭の塩こうじ焼き、もやしとコーンのサラダ、なめこの味噌汁、ネーブル	牛乳、フルーツケーキ、いりこ	518.6(444.6) 25.1(19.4) 14.6(12.9) 1.5(1.1)	半つき米、○薄力粉、○三温糖、○油、油、三温糖	○牛乳、さけ、○豆乳、○生クリーム、鶏ささ身、淡色みそ、○いわし(煮干し)、○卵、○牛乳	オレンジ・ネーブル、もやし、たまねぎ、ほうれんそう(夏)、○パイナップル、なめこ、コーン(冷凍)、にんじん、○干しぶどう、カットわかめ、○	煮干だし汁、酢、しょうゆ、食塩	
25水	牛乳、バナナ	かえるさんライス、鶏のゆかりから揚げ、あじさいサラダ、コンソメスープ、メロン	牛乳、あじさいゼリー、いりこ	484.9(404.1) 21.6(18.0) 14.7(12.6) 1.6(1.1)	半つき米、○三温糖、油、片栗粉、三温糖	○牛乳、鶏もも肉、ちくわ、○いわし(煮干し)、○牛乳	○バナナ、○ぶどうジャム、レッドキャベツ、キャベツ、メロン(緑肉)、もやし、にんじん、きゅうり、トマト、○りんごジュース、えのきたけ、	ケチャップ、酢、しょうゆ、小麦不使用ブイオン、食塩	
26木	牛乳、ビスケットのジャムのせ	ごはん、かぼちゃのそぼろ煮、春雨サラダ、キャベツの味噌汁、すいか	牛乳、サンドイッチ、いりこ	554.3(468.5) 21.9(16.1) 17.2(14.6) 1.9(1.4)	半つき米、○食パン(乳卵×)、はるさめ、三温糖、○マヨネーズ、片栗粉	○牛乳、豚ひき肉、○卵、○ハム、淡色みそ、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、油揚げ、○牛乳	かぼちゃ、すいか、にんじん、きゅうり、キャベツ、れんこん、○きゅうり、いんげん、えのきたけ、○いちごジャム	煮干だし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、○食塩	誕生日会

献本メニュー

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質／塩分()は未測定	材 料 名				行事
					◎は10時おやつ ○は午後おやつ				
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
27金	牛乳、にんじんスティック	かぼちゃパン、カレーチキン、ジャーマンポテト、もずくスープ、グレープフルーツ	牛乳、チャーハンおにぎり、いちご	513.3(408.2) 25.2(18.8) 17.5(14.4) 2.0(1.5)	○半つき米、かぼちゃロール(乳卵×)、じゃがいも、油、○ごま油、ごま油	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、○卵、○豚ひき肉、ポークビッツ、○いわし(煮干し)、◎牛乳	グレープフルーツ、たまねぎ、もずく、○にんじん、にんじん、○白ネギ、コーン(冷凍)、薬ねぎ、◎にんじん	しょうゆ、鶏ガラスープの素、小麦不使用ブイヨン、○鶏ガラスープの素、カレー粉、おろしにんにく、食塩、○食塩、パセリ粉、◎かつ	
28土	牛乳、ハイハイ	チキンピラフ、野菜スープ、バナナ	牛乳、黒糖パン	461.7(430.1) 15.2(13.9) 12.5(11.9) 1.3(1.1)	半つき米、○黒糖パン(乳卵×)、油	○牛乳、鶏もも肉、◎牛乳	バナナ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、コーン(冷凍)、しめじ、グリーンピース(冷凍)	小麦不使用ブイヨン、食塩	
30月	牛乳、ハイハイ	タコライス、ツナきゅうり、ポテトスープ、ネーブル	牛乳、豆乳もち、いりこ	514.1(405.3) 23.1(16.8) 18.2(14.6) 1.5(1.0)	半つき米、じゃがいも、○片栗粉、○三温糖、油、三温糖	○牛乳、○豆乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、○いわし(煮干し)、○きな粉、◎牛乳	きゅうり、オレンジ・ネーブル、キャベツ、にんじん、たまねぎ、トマト	ケチャップ、酢、しょうゆ、中濃ソース、酒、おろしにんにく、食塩、パセリ粉、カレー粉、○食塩	

3歳以上児は朝おやつがありません。
また、仕入れの都合により、一部献立を変更させていただく場合がございます。