

2025年

6月 給食献立表

3歳未満児

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
2 16 30	月	麦ごはん(未満児用) 厚揚げの煮付 卵とトマトのかき玉汁	牛乳(未満児) ハイアップミルク(缶)30g(未満児) スキムミルク よくかむごはん(おやつ)	牛乳・牛肉・厚揚げ・ 鶏卵・脱脂粉乳・鶏 肉・ひじき	精白米・押麦・じゃがいも・植物油・三温糖・片栗粉	ハイアップミルク缶・にんじん・さやいんげん・トマト・たまねぎ・青ねぎ・切干だいこん・ごぼう	煮干しだし・みりん・濃口しょうゆ・鳥がらだし・食塩・清酒
3 17	火	麦ごはん(未満児用) 八宝菜 豆腐の清汁	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) 牛乳 シュガートースト	牛乳・豚肉・木綿豆腐・塩わかめ	精白米・押麦・植物油・ごま油・片栗粉・食パン・クッキー糖・無塩バター	みかん缶・キャベツ・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・ゆでたけのこ・乾しいたけ・しょうが	食塩・清酒・濃口しょうゆ・中華スープの素・かつお昆布だし・みりん
4 18	水	麦ごはん(未満児用) みそ汁(たまねぎ)(未満児用) 魚の塩焼き トマト(32g) じゃがいもの炒め煮	牛乳(未満児) キウイフルーツ50g(未満児) 豆乳 ドーナツ(落とし入れ法)	牛乳・塩わかめ・白身魚・豚肉・調整豆乳・鶏卵	精白米・押麦・じゃがいも・植物油・三温糖・小麦粉・揚げ油・粉糖	キウイフルーツ・たまねぎ・トマト・にんじん・冷凍グリーンピース	煮干しだし・米みそ・麦みそ・食塩・みりん・濃口しょうゆ・ベネグバウダー・ベネグエッセンス
5 19	木	麦ごはん(未満児用) 豆のカレー ハワイアンサラダ	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) ホワイトミルク オレンジ(75g) パイ	牛乳・牛肉・鶏卵・ゆでだいず・豆乳・脱脂粉乳	精白米・押麦・じゃがいも・植物油・カレー粉・三温糖・パイ菓子	もも缶・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・トマトピューレ・キャベツ・ハイアップミルク缶・きゅうり・パセリ・レモン	鳥がらだし・ウスターソース・食塩(塩もみ用)・食塩・食酢・乳酸菌飲料(希釈)
6 20	金	ロールパン(未満児用) とりのマーマレード焼き ソテー(キャベツ) トマトスープ(じゃがいも)	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク にんじんゼリー クッキー(15g)	牛乳・鶏肉・豚肉・脱脂粉乳・粉寒天	せんべい・ロールパン・マーマレード・植物油・じゃがいも・三温糖・クッキー	しょうが・キャベツ・にんじん・ホロン缶・トマト・たまねぎ・セリ・パセリ・レモン(汁使用)	みりん・濃口しょうゆ・食塩・鳥がらだし・ローリエ・白ワイン
7 21	土	かしわうどん バナナ(75g)	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) 牛乳 カステラ	牛乳・鶏肉	ウエハース・干しうどん・植物油・三温糖・カステラ	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・パセリ	濃口しょうゆ・かつお昆布だし・食塩・みりん
9 23	月	麦ごはん(未満児用) あじさい揚げ レタス(10g) 具だくさんみそ汁	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) スキムミルク きな粉蒸しパン	牛乳・プロセスチーズ・白身魚・鶏卵・油揚げ・脱脂粉乳・きな粉・豆乳	精白米・押麦・小麦粉・揚げ油・ホットケーキミックス・黒砂糖	冷凍ホロン缶・にんじん・冷凍グリーンピース・レタス・キャベツ・たまねぎ・もやし・青ねぎ・干しぶどう	食塩・白ワイン・煮干しだし・米みそ・麦みそ
10 24	火	麦ごはん(未満児用) 清汁(生しいたけ・たまねぎ)(未満児用) 豚肉の生姜焼き 小松菜としらすのごま和え	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) スキムミルク かぼちゃと豆腐の米粉ケーキ	牛乳・豚肉・しらす干し・脱脂粉乳・木綿豆腐・豆乳	精白米・押麦・植物油・すりごま・三温糖・米粉	みかん缶・生しいたけ・たまねぎ・にんじん・青ねぎ・しょうが・こまつな・もやし・かぼちゃ	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・清酒・みりん・ベネグバウダー・ベネグエッセンス
11 25	水	麦ごはん(未満児用) かみかみバーグ にんじんの甘煮 五目みそ汁	牛乳(未満児) キウイフルーツ50g(未満児) スキムミルク げんきゼリー クラッカー(10g)	牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉・ひじき・油揚げ・脱脂粉乳・豆乳・粉寒天	精白米・押麦・植物油・パン粉・三温糖・じゃがいも・クラッカー	キウイフルーツ・たまねぎ・ホロン缶・にんじん・しめじ・ごぼう・青ねぎ・ほうれんそう	濃口しょうゆ・食塩・煮干しだし・米みそ・麦みそ
12 26	木	麦ごはん(未満児用) 豆腐と鶏肉のみそ炒め 清汁(かまぼこ)	牛乳(未満児) オレンジ50g(未満児) 牛乳 シリアルスコーン	牛乳・鶏肉・木綿豆腐・かまぼこ	精白米・押麦・植物油・コンフレク・ホットケーキミックス	レモン・たまねぎ・にんじん・ピーマン・えのきたけ・こまつな・パセリ・干しぶどう	米みそ・みりん・濃口しょうゆ・かつお昆布だし・食塩
13 27	金	ミルクパン(未満児用) 白身魚の焼カレー風 野菜スープ(豚肉入り)	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) 豆乳 メロン(85g) せんべい	牛乳・白身魚・ビズチーズ・豚肉・調整豆乳	ミルクパン・小麦粉・植物油・カレー粉・じゃがいも・せんべい	バナナ・たまねぎ・にんじん・ピーマン・セリ・モロ	食塩・白ワイン・トマトケチャップ・鳥がらだし・濃口しょうゆ
14 28	土	きのこスパゲティ 飲むヨーグルト	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) 牛乳 キウイフルーツ(50g) ビスケット	牛乳・まぐろ油漬缶・あさり水煮缶・ドリンクヨーグルト	ウエハース・スパゲティ・植物油・ビスケット	たまねぎ・にんじん・トマト缶・しめじ・生しいたけ・パセリ・キウイフルーツ	食塩・コンソメ・濃口しょうゆ

区分	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(レチノール当量:RE)(μg)	ビタミンB1(mg)	ビタミンB2(mg)	ビタミンC(mg)	食物繊維(g)	食塩相当量(g)
今月の平均栄養量	476	18.3	13.9	283	2.2	258	0.32	0.45	27	4.7	1.7
保育所(園)における給食栄養量の目標	460	15~23	10~15	220	2.2	190	0.25	0.30	20	-	1.9未満

2025年

6月 給食献立表

3歳以上児

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
2	月	厚揚げの煮付 卵とトマトのかき玉汁	スキムミルク よくかむごはん (おやつ)	牛肉・厚揚げ・鶏卵・ 脱脂粉乳・鶏肉・ひじ き	じゃがいも・植物油・ 三温糖・片栗粉・精白 米・押麦	にんじん・さやいんげん・トマ ト・たまねぎ・青ねぎ・切干 だいこん・ごぼう	煮干しだし・みりん・濃 口しょうゆ・鳥がらだ し・食塩・清酒
3	火	八宝菜 豆腐の清汁	牛乳 シュガートースト	豚肉・木綿豆腐・塩わ かめ・牛乳	植物油・ごま油・片栗 粉・食パン・クマシュー糖・ 無塩バター	キャベツ・たまねぎ・にんじ ん・さやいんげん・ゆでたけ のこ・乾しいたけ・しょうが	食塩・清酒・濃口しょう ゆ・中華スープの素・かつ お昆布だし・みりん
4	水	魚の塩焼き トマト(32g) じゃがいもの炒め煮	豆乳 ドーナツ(落とし入れ法)	白身魚・豚肉・調整豆 乳・鶏卵・牛乳	じゃがいも・植物油・ 三温糖・小麦粉・揚げ 油・粉糖	トマト・にんじん・冷凍グリビー ス	食塩・煮干しだし・みり ん・濃口しょうゆ・ベー キングパウダー・バナナエッセ ンス
5	木	豆のカレー ハワイアンサラダ	ホワイートミルク オレンジ(75g) パイ	牛肉・鶏卵・ゆでだ いず・豆乳・脱脂粉乳	じゃがいも・植物油・カ レール・三温糖・パイ菓子	たまねぎ・にんじん・さやい んげん・トマト・キュウリ・ パインアップル缶・きゅうり・パセ リ・セロリ	鳥がらだし・ウスターズ・ 食塩(塩もみ用)・食 塩・食酢・乳酸菌飲料 (希釈)
6	金	とりのマーマレード焼き ソテー(キャベツ) トマトスープ(じゃがいも)	スキムミルク にんじんゼリー クッキー(15g)	鶏肉・豚肉・脱脂粉 乳・粉寒天	ママーレード・植物油・じゃ がいも・三温糖・クッキー	しょうが・キャベツ・にんじ ん・ホロン缶・トマト・たま ねぎ・セロリ・パセリ(汁使 用)	みりん・濃口しょうゆ・ 食塩・鳥がらだし・ロー リエ・白ワイン
7	土	かしわうどん バナナ(75g)	牛乳 カステラ	鶏肉・牛乳	干しうどん・植物油・ 三温糖・カステラ	たまねぎ・にんじん・青ね ぎ・バナナ	濃口しょうゆ・かつお昆 布だし・食塩・みりん
9	月	あじさい揚げ レタス(10g) 具だくさんみそ汁	スキムミルク きな粉蒸しパン	白身魚・鶏卵・油揚 げ・脱脂粉乳・きな 粉・豆乳	小麦粉・揚げ油・ホット ケーキミックス・黒砂糖	冷凍ホロン・にんじん・冷凍 グリビース・レタス・キャベツ・たま ねぎ・もやし・青ねぎ・干し ぶどう	食塩・白ワイン・煮干しだ し・米みそ・麦みそ
10	火	豚肉の生姜焼き 小松菜としらすのごま和え	スキムミルク かぼちゃと豆腐の米粉ケーキ	豚肉・しらす干し・脱 脂粉乳・木綿豆腐・豆 乳	植物油・すりごま・三 温糖・米粉	しょうが・たまねぎ・にんじ ん・こまつな・もやし・かぼ ちゃ	清酒・みりん・濃口し ょうゆ・ベーキングパウダー・ バナナエッセンス
11	水	かみかみバーグ にんじんの甘煮 五目みそ汁	スキムミルク げんきゼリー クラッカー(10g)	牛ひき肉・豚ひき肉・ ひじき・油揚げ・脱脂 粉乳・豆乳・粉寒天	植物油・パン粉・三温 糖・じゃがいも・クラッ カー	たまねぎ・ホロン缶・にんじ ん・しめじ・ごぼう・青ね ぎ・ほうれんそう	濃口しょうゆ・食塩・煮 干しだし・米みそ・麦み そ
12	木	豆腐と鶏肉のみそ炒め 清汁(かまぼこ)	牛乳 シリアルスコーン	鶏肉・木綿豆腐・かま ぼこ・牛乳	植物油・コーンフレーク・ホット ケーキミックス	たまねぎ・にんじん・ピー マン・えのきたけ・こまつな・ バナナ・干しぶどう	米みそ・みりん・濃口 しょうゆ・かつお昆布だ し・食塩
13	金	白身魚の焼カレー風 野菜スープ(豚肉入り)	豆乳 メロン(85g) せんべい	白身魚・ビスチーズ・豚 肉・調整豆乳	小麦粉・植物油・カレー ウ・じゃがいも・せんべ い	たまねぎ・にんじん・ピー マン・セロリ・モロ こ	食塩・白ワイン・トマト ケチャップ・鳥がらだし・濃口 しょうゆ
14	土	きのこスパゲティ 飲むヨーグルト	牛乳 キウイフルーツ(50g) ビスケット	まぐろ油漬缶・あさり 水煮缶・ドリンクヨーグルト・ 牛乳	スパゲティ・植物油・ビス ケット	たまねぎ・にんじん・トマ ト缶・しめじ・生しいたけ・パ セリ・キウイフルーツ	食塩・コンソメ・濃口し ょうゆ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均栄養量	403	18.8	13.6	282	2.4	279	0.34	0.46	23	4.8	1.9
保育所(園)における 給与栄養量の目標	380	15~26	12~18	254	2.1	215	0.28	0.35	22.5	3.2	2.1未満