

6がつ 給食献立表



今月使用する旬の食材・果物
とうがん・なす・すいか・かんきつ
(河内晩柑・あまなつ・カラマンダリン)

*乳児クラスは、9時半頃に牛乳・飲むヨーグルトが出ます。
*アレルギー等の確認のため、食べたことのない食材はご家庭で事前に試してください。

午後のおやつは、完了食・1歳・2歳クラスは『乳児』
3歳・4歳・5歳クラスは『幼児』欄をご覧ください。

	きょうしやく	ざいりょう	おやつ	ざいりょう
2月	あわいりごはん ぶたにくのあまからいため えのきのばいにくあえに とうがんのすーぷ	七分つき米・あわ/豚もも肉・酒・醤油・洗糖・玉ねぎ・サラダ油/えのきたけ・酒・人参・もやし・青梗菜・梅びしお・醤油・粉削り/鶏もも肉・酒・冬瓜・人参・干し椎茸・塩	ちきんらいす むぎぢゃ にほしこまちっぷ ちきんらいす そらまめのすーぷ 2才〜にほしこまちっぷ	七分つき米・トマトケチャップ・塩・鶏もも肉・玉ねぎ・冷凍コーン・サラダ油/麦茶 【2才〜：食べ煮干し・白ごま・洗糖・醤油】 【乳児：そらまめ・玉ねぎ・塩】
3火	ねぎしおちゃーはん じゃこさらだ きゃべつとぶたばらのみそしる	七分つき米・押し麦・醤油・塩・ごま油・豚肩ロース・豚もも肉・長ねぎ・エリンギ・サラダ油・塩・醤油・きゅうり・大根・冷凍コーン・ちりめんじゃこ・生わかめ・醤油・酢・洗糖/豚バラ・きゃべつ・にんじん・にんにく・味噌	ふらいどぼてと ぎゅうにゅう ふらいどぼてと はるさめすーぷ	じゃがいも・揚げ油・塩・あおのり/牛乳 【乳児：緑豆春雨・小松菜・醤油・塩】
4水	ささみとなめこのうどん かぼちゃのそぼろに りんごぜりー	乾麺・なめこ・生わかめ・人参・鶏ささみ・長ねぎ・醤油・みりん・塩/かぼちゃ・さやいんげん・鶏ひき肉・サラダ油・洗糖・醤油・片栗粉/りんごゼリー	とうにゅうむしばん ぎゅうにゅう とうにゅうむしばん こーんのすーぷ	薄力粉・強力粉・上白糖・塩・ベーキングパウダー・サラダ油・豆乳/牛乳 【乳児：冷凍コーン・玉ねぎ・ベーコン・塩】
5木	きびいりごはん とりにくのさっぱり こまつなのいそあえ とうふとにらのすましじる	七分つき米・きび/鶏もも肉・生姜・醤油・みりん・洗糖・酢/小松菜・人参・もやし・醤油・刻みのり/本綿豆腐・にら・醤油・塩	あおのりらすく のむよーぐると かわちばんかん あおのりらすく さつまいものみそしる かわちばんかん	食パン・青のり・発酵豆乳マーガリン/飲むヨーグルト 果物：かわちばんかん 【乳児：さつまいも・えのきたけ・味噌】
6金	あわいりごはん さけのみそまよねーすやき ひじきそてー じゃがいもとわかめのみそしる	七分つき米・あわ/生鮭・酒・味噌・エッグフリーマヨネーズ/ひじき・ベーコン・もやし・きゃべつ・ごま油・塩/じゃがいも・生わかめ・味噌	すいーとばんぶきん ぎゅうにゅう すいーとばんぶきん にんじんとたまねぎのすーぷ	かぼちゃ・発酵豆乳マーガリン・豆乳・上白糖・ミレービスケット/牛乳 【乳児：人参・玉ねぎ・塩】
7土	ほうれんそうとつなのすばげってい さんしょくに いなかふうすーぷ りんごぜりー	スパゲッティ・ほうれん草・ツナ缶・しめじ・にんにく・オリーブ油・塩・醤油/じゃがいも・人参・冷凍コーン・洗糖・塩・さやいんげん/かぶ・かぶ菜・人参・醤油・塩/市販りんごゼリー	おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース
9月	なすととまとのかれーらいす きりぼしだいこんのもの むぎぢゃ よーぐると	七分つき米・押し麦・鶏もも肉・酒・茄子・トマト・アスパラガス・じゃがいも・玉ねぎ・人参・にんにく・りんご・アラベルカレー/ウ・サラダ油・豆乳/切り干し大根・油揚げ・干し椎茸・人参・洗糖・醤油/麦茶/加糖ヨーグルト	とりときゃべつのしるふー すいか とりときゃべつのしるふー すいか	米粉麺・鶏もも肉・きゃべつ・人参・小葱・塩・醤油・ごま油/すいか
10火	きびごはん とりのすばいしーからあげ 乳児：とりのすばいしーやき こまつなともやしのおかか たまねぎとえのきのみそしる	きび・七分つき米/鶏もも肉・酒・醤油・カレー粉・にんにく・生姜・片栗粉・揚げ油/こまつな・もやし・醤油・粉削り/玉ねぎ・えのきたけ・味噌	とうふいりすこーん ぎゅうにゅう とうふいりすこーん ふとわかめのみそしる	薄力粉・ベーキングパウダー・塩・上白糖・絹ごし豆腐・サラダ油・いちごジャム/牛乳 【乳児：おつゆ・わかめ・醤油・塩】
11水	なめたけごはん かじきのてりやき きゅうりのはるさめあえ とうふともずくのみそしる	七分つき米・あわ・えのきたけ・醤油・みりん/かじき・醤油・みりん・生姜・もやし・きゅうり・春雨・洗糖・塩・酢・醤油・油揚げ・みりん/本綿豆腐・もずく・小葱・味噌	ぼてとベーこんまよねーすやき ぎゅうにゅう ぼてとベーこんまよねーすやき ほうれんそうすーぷ	じゃがいも・ベーコン・エッグフリーマヨネーズ・豆乳・オリーブ油・パン粉/牛乳 【乳児：ほうれん草・玉ねぎ・塩】
12木	ぴらふ ぼてとのとま ちんげんさいとぶたにくすーぷ	七分つき米・サラダ油・塩・ウインナー・人参・玉ねぎ・冷凍コーン/じゃがいも・トマト・ベーコン・玉ねぎ・塩・サラダ油/豚もも肉・酒・青梗菜・しめじ・塩・醤油	みかんけーき のむよーぐると みかんけーき だいこんほとふ	薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・豆乳・みかん缶・上白糖・サラダ油/飲むヨーグルト 【乳児：大根・ベーコン・玉ねぎ・醤油・塩】
13金	ゆかりごはん とりにくのてりやき ぶろっこりーそてー ふとほうれんそうのみそしる	七分つき米・あわ・ゆかり/鶏もも肉・醤油・みりん・洗糖・酒・サラダ油/ブロッコリー・玉ねぎ・ベーコン・サラダ油・塩/おつゆ・ほうれん草・醤油・塩	つなまよーとす ぎゅうにゅう つなまよーとす かぶのみそしる	食パン・エッグフリーマヨネーズ・ツナ缶/牛乳 【乳児：かぶ・かぶ菜・味噌】
14土	ちゃーはん まーぼーはるさめ たまねぎのすーぷ りんごぜりー	七分つき米・ロースハム・人参・長ねぎ・さやいんげん・干し椎茸・サラダ油・塩・醤油/豚ひき肉・醤油・酒・生姜・春雨・長ねぎ・きゃべつ・人参・酒・洗糖・醤油・ごま油・片栗粉/鶏もも肉・酒・人参・玉ねぎ・塩/市販りんごゼリー	おかしもりあわせ	市販菓子 りんごジュース
16月	あわいりごはん ぶたにくのあまからいため えのきのばいにくあえに とうがんのすーぷ	七分つき米・あわ/豚もも肉・酒・醤油・洗糖・玉ねぎ・サラダ油/えのきたけ・酒・人参・もやし・青梗菜・梅びしお・醤油・粉削り/鶏もも肉・酒・冬瓜・人参・干し椎茸・塩	ちきんらいす むぎぢゃ にほしこまちっぷ ちきんらいす そらまめのすーぷ 2才〜にほしこまちっぷ	七分つき米・トマトケチャップ・塩・鶏もも肉・玉ねぎ・冷凍コーン・サラダ油/麦茶 【2才〜：食べ煮干し・白ごま・洗糖・醤油】 【乳児：そらまめ・玉ねぎ・塩】

17	ねぎしおちゃーはん じゃこさらだ きゃべつとぶたばらのみそしる	ようじくみ じゃがいもほり	七分つき米・押し麦・醤油・塩・ごま油・豚肩ロース・豚もも肉・長ねぎ・エリンギ・サラダ油・塩・醤油・きゅうり・大根・冷凍コーン・ちりめんじゃこ・生わかめ・醤油・酢・洗糖/豚バラ・きゃべつ・にんじん・にんにく・味噌	幼児 ふらいとぼてとぎゅうにゅう	※じゃがいもほり 雨天の場合 17日と18日の フライドポテトや豆乳蒸しパン が入れ替わります。	じゃがいも・揚げ油・塩・あおのり/牛乳 【乳児：緑豆春雨・小松菜・醤油・塩】
18	ささみとなめこのうどん かぼちゃのそぼろに りんごゼリー	※ようじくみ じゃがいもほり 予備日	乾燥・なめこ・生わかめ・人参・鶏ささみ・長ねぎ・醤油・みりん・塩/かぼちゃ・さやいんげん・鶏むき肉・サラダ油・洗糖・醤油・片栗粉/りんごゼリー	幼児 とうにゅうむしばん ぎゅうにゅう		薄力粉・強力粉・上白糖・塩・ベーキングパウダー・サラダ油・豆乳/牛乳 【乳児：冷凍コーン・玉ねぎ・ベーコン・塩】
19	きびいりごはん とりにくのさっぱり こまつなのいそあえ とうふとにらのすましじる		七分つき米・きび/鶏もも肉・生姜・醤油・みりん・洗糖・酢/小松菜・人参・もやし・醤油・刻みのり/木綿豆腐・にら・醤油・塩	幼児 あおのりらすく のむよーぐると かわちばんかん		食パン・青のり・発酵豆乳マーガリン/飲むヨーグルト 果物：かわちばんかん 【乳児：さつまいも・えのきたけ・味噌】
20	あわいりごはん さけのみそまよねーすやき ひじきそてー じゃがいもとわかめのみそしる	試食会 お迎え前に おひさまルームへ お寄りください。	七分つき米・あわ/生鮭・酒・味噌・エッグフリーマヨネーズ/ひじき・ベーコン・もやし・きゃべつ・ごま油・塩/じゃがいも・生わかめ・味噌	幼児 だいすつつなのたきこみごはん むぎちゃ たべにほし		七分つき米・醤油・塩・酒・昆布・大豆水煮・ツナ缶・青梗菜/麦茶 【乳児：人参・玉ねぎ・塩】 【2才～：食保煮干し】
21	ほうれんそうとつなのすばげってい さんしょくに いなかふうすーぷ りんごゼリー		ス/パグッティ・ほうれん草・ツナ缶・しめじ・にんにく・オリーブ油・塩・醤油/じゃがいも・人参・冷凍コーン・洗糖・塩・さやいんげん/かぶ・かぶ菜・人参・醤油・塩/市販りんごゼリー	幼児 おかしもりあわせ		市販菓子 りんごジュース
23	なすととまとのかれーらいす きりぼしだいこんのもの むぎちゃ よーぐると	「おてつだい」 みかんぐみ たまねぎの かわむき	七分つき米・押し麦・鶏もも肉・酒・茄子・トマト・アスパラガス・じゃがいも・玉ねぎ・人参・にんにく・りんご・アラベルカレールウ・サラダ油・豆乳/切り干し大根・油揚げ・干し椎茸・人参・洗糖・醤油/麦茶/加糖ヨーグルト	幼児 とりときゃべつのしるふおー すいか		米粉麺・鶏もも肉・きゃべつ・人参・小葱・塩・醤油・ごま油/すいか
24	きびごはん とりのすばいしーからあげ 乳児：とりのすばいしーやき こまつなともやしのおかかに たまねぎとえのきのみそしる	「おてつだい」 ぶどうぐみ たまねぎの かわむき	きび・七分つき米/鶏もも肉・酒・醤油・カレー粉・にんにく・生姜・片栗粉・揚げ油/こまつな・もやし・醤油・粉削り/玉ねぎ・えのきたけ・味噌	幼児 とうふいりすこーん ぎゅうにゅう		薄力粉・ベーキングパウダー・塩・上白糖・絹ごし豆腐・サラダ油・いちごジャム/牛乳 【乳児：おつゆ・わかめ・醤油・塩】
25	なめたけごはん かじきのてりやき きゅうりのはるさめあえ とうふともずくのみそしる		七分つき米・あわ・えのきたけ・醤油・みりん/かじき・醤油・みりん・生姜/もやし・きゅうり・春雨・洗糖・塩・酢・醤油・油揚げ/みりん/木綿豆腐・もずく・小葱・味噌	幼児 ぼてとベーこんまよねーすやき ぎゅうにゅう		じゃがいも・ベーコン・エッグフリーマヨネーズ・豆乳・オリーブ油・パン粉/飲むヨーグルト 【乳児：ほうれん草・玉ねぎ・塩】
26	びらふ ぼてとのとまとい ちんげんさいとぶたにくすーぷ		七分つき米・サラダ油・塩・ウインナー・人参・玉ねぎ・冷凍コーン/じゃがいも・トマト・ベーコン・玉ねぎ・塩・サラダ油/豚もも肉・酒・青梗菜・しめじ・塩・醤油	幼児 みかんけーき のむよーぐると		薄力粉・強力粉・ベーキングパウダー・豆乳・みかん缶・上白糖・サラダ油/飲むヨーグルト 【乳児：大根・ベーコン・玉ねぎ・醤油・塩】
27	まるぱん とりにくのてりやき きゃべつとこーんのそてー みねすとりーね		丸パン/鶏もも肉・醤油・みりん・洗糖・酒・サラダ油/きゃべつ・冷凍コーン・ベーコン・サラダ油・塩・ベーコン・鶏もも肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・ABCマカロニ・ホールトマト缶・中濃ソース・トマトケチャップ・大豆・塩	幼児 おかかやきおにぎり むぎちゃ にほしこまちっぷ		七分つき米・塩・醤油・粉削り・みりん・醤油/麦茶 【乳児：かぶ・かぶ菜・味噌】 【2才～：食保煮干し・白こま・洗糖・醤油】
28	ちゃーはん まーぼーはるさめ たまねぎのすーぷ りんごゼリー		七分つき米・ローズハム・人参・長ねぎ・さやいんげん・干し椎茸・サラダ油・塩・醤油/豚むき肉・醤油・酒・生姜・春雨・長ねぎ・きゃべつ・人参・酒・洗糖・醤油・ごま油・片栗粉/鶏もも肉・酒・人参・玉ねぎ・塩/市販りんごゼリー	幼児 おかしもりあわせ		市販菓子 りんごジュース
30	あわいりごはん ぶたにくのしょうがやき にんじんしりしり ふとこまつなのみそしる	「おてつだい」 りんごぐみ たまねぎの かわむき	七分つき米・あわ/豚もも肉・酒・みりん・醤油・生姜・玉ねぎ・サラダ油/人参・もやし・ツナ缶・粉削り・サラダ油・醤油・洗糖・酒/おつゆ・小松菜・長ねぎ・味噌	幼児 みそぼてと ぎゅうにゅう		じゃがいも・薄力粉・水・揚げ油・味噌・洗糖・みりん・酒・醤油・あおのり/牛乳 【乳児：鶏もも肉・トマト・玉ねぎ・塩】

【栄養価】		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩分	食物繊維
乳児	1.2歳	492	17.8	13.3	185	1.9	121	0.22	0.21	17	2.1	4.9
幼児	3.4.5歳	554	20.0	14.9	164	2.2	129	0.27	0.21	16	2.2	6.1

今日の献立のわらい

- * 食品の種類と料理を増やしていきます
- * 食中毒の発生しやすい時期なので、食品の取り扱いに注意します



「6が」 おいし 旬のたべもの	「野菜」 とうもろこし さやいんげん えだ豆 きゅうり トマト なす そら豆 ビーマン アスパラガス グリーンピース じゃが芋 「魚」 えび トビウオ まあじ まいわし まぐろ あゆ かつお すずき 「果物」 メロン もも さくらんぼ びわ
-----------------------	--

じゃがいもほりのじゃがいも使用日は
じゃがいもマークがついています。子ども
達にじゃがいもを洗うお手伝いをお願い
しています。



- * 食保煮干し、煮干しチップは2歳から
たべます。
- * お米は、七分つき米に雑穀を混ぜて
炊いています。
- * 献立は、食材の都合により
変更することがあります。

試食会

日時：令和7年6月20日（金）
16時～（お子さんのお迎え前にお立ち寄りください。）
場所：おひさまルーム
メニュー：ひじきとほるさめのそてー
じゃがいもとわかめのみそしる

- ※じゃがいもほりもほりのじゃがいもを使用します。
- ◎お願い
- ・お迎えに来た保護者対象です。兄弟児は安全のため提供しておりません。
- ・ご理解とご協力をお願いします。
- ・喫食はおひさまルーム内となります。