令和７年

６月給食献立表

桜堤保育園

じゃが芋は前の日に洗います

★アレルギー等の確認のために、食べたことのない食材はご家庭で事前に試してきてください。

6月から すいか、メロン が出ます

幼児：りす組・くま組・しか組　　**乳児**：ひばり組・うさぎ組

完了期：小ひばり組（乳児の１歳と同じ内容です。食べにくい食材は柔らかく煮たり、刻んで提供します。）

お手伝い	日	曜	おひる	主な材料	午後のおやつ		主な材料
	2	月	きびごはん 鶏のから揚げ （完了食：白身魚のから揚げ） ひじきの煮物 麸と小松菜の味噌汁	胚芽米　きび 鶏肉（完了食：白身魚）　酒　醤油 生姜　片栗粉　油 ひじき　人参　油揚げ　洗糖　醤油 みりん　油 麸　小松菜　玉葱　味噌	幼児	豆乳南瓜蒸しパン 煮干しごまチップ　牛乳	南瓜　豆乳　薄力粉　上白糖 油　ベーキングパウダー 食べ煮干し　白ごま　洗糖 醤油 キャベツ　玉葱　さつま芋 塩
					乳児	豆乳南瓜蒸しパン キャベツスープ	
	3	火	ゆかりごはん ぶりの塩こうじ焼 ほうれん草しらす炒め 豆腐ともずくの味噌汁 くま組 食事指導	胚芽米　あわ　ゆかり ぶり　塩こうじ ほうれん草　人参　しらす　油　醤油 豆腐　もずく　小葱　味噌	幼児	ポテトブレッド 牛乳	じゃが芋　薄力粉　洗糖　塩 ベーキングパウダー　バター ヨーグルト　牛乳　粉チーズ トマト　ウインナー　玉葱 コーン　塩
					乳児	ポテトブレッド トマトスープ	
	4	水	カレーライス （乳児：ミルクカレー） 高野豆腐の煮物 飲むヨーグルト	胚芽米　押麦　鶏肉　酒　玉葱　人参 にんにく　トマト　カレールウ　油 （薄力粉　バター　牛乳） 高野豆腐　人参　キャベツ　干し椎茸 油　醤油　みりん　洗糖 飲むヨーグルト	幼児	味噌うどん かんきつ類	うどん　人参　大根　小松菜 味噌 かんきつ類
					乳児	味噌うどん かんきつ類	
	5	木	きびごはん さわらの味噌焼き 野菜のうま煮 ほうれん草と春雨のすまし汁	胚芽米　きび さわら　味噌　みりん　醤油　洗糖 大根　ごぼう　人参　鶏肉　白滝　油 いんげん　洗糖　醤油　みりん ほうれん草　春雨　醤油　塩	幼児	レモンバタートースト 牛乳	食パン　バター　レモン汁 上白糖 玉葱　さつま芋　塩
					乳児	レモンバタートースト 玉葱のスープ	
くま そら豆 さやむき	6	金	ロールパン 豚肉のママレードソース じゃが芋のマヨ炒め 冬瓜スープ	ロールパン 豚肉　玉葱　油　ママレード　にんにく 醤油 じゃが芋　胡瓜　人参　コーン　塩 卵なしマヨネーズ 冬瓜　鶏肉　酒　人参　干し椎茸　塩	幼児	わかめごはん　茹でそら豆 麦茶	胚芽米　醤油　酒　塩 若布 そら豆 小松菜　キャベツ　味噌
					乳児	わかめごはん　茹でそら豆 小松菜の味噌汁	
	7	土	チキンライス ブロッコリー人参ソテー 和風ポトフ かんきつ類	胚芽米　ケチャップ　鶏肉　玉葱 いんげん　油　塩 ブロッコリー　人参　バター　塩 豚肉　酒　じゃが芋　人参　キャベツ 塩 かんきつ類	幼児	市販菓子　市販ジュース	
					乳児	市販菓子　市販ジュース	
	9	月	おかかふりかけごはん 白身魚のパン粉焼き 小松菜のにんにく生姜炒め 南瓜と玉葱の味噌汁	胚芽米　あわ　おかか　みりん　醤油 白ごま 白身魚　塩　卵なしマヨネーズ　パン粉 青のり 小松菜　もやし　人参　生姜　にんにく 油　塩 南瓜　玉葱　味噌	幼児	きな粉クッキー 牛乳	薄力粉　きな粉　洗糖 バター キャベツ　鶏肉　塩
					乳児	きな粉クッキー キャベツスープ	
しか 玉葱 皮むき	10	火	鶏と野菜のうどん トマトとポテトの重ね煮 チーズ	うどん　鶏肉　ほうれん草　人参　葱 大根　干し椎茸　醤油　みりん　塩 じゃが芋　トマト　玉葱　ベーコン　塩 牛乳　バター チーズ	幼児	ツナチャーハン　すいか 麦茶 今年初めてのすいかです	胚芽米　ツナ　人参　玉葱 油　卵なしマヨネーズ　塩 醤油 すいか 豆腐　若布　味噌
					乳児	ツナチャーハン　すいか 豆腐の味噌汁	
	11	水	あわごはん 鮭の照り焼き 切干大根と刻み昆布の炒め煮 キャベツと油揚げの味噌汁	胚芽米　あわ 鮭　醤油　みりん　洗糖 切干大根　豚肉　洗糖　醤油　みりん 油　いんげん キャベツ　玉葱　油揚げ　味噌	幼児	ポテトブレッド 牛乳	じゃが芋　薄力粉　洗糖　塩 ベーキングパウダー　バター ヨーグルト　牛乳　粉チーズ 小松菜　大根　醤油　塩
					乳児	ポテトブレッド 小松菜のすまし汁	
	12	木	きびごはん ひじき入り和風ハンバーグ もやし炒め さつま芋とほうれん草の味噌汁	胚芽米　きび 豆腐　豚挽肉　ひじき　玉葱　パン粉 油　塩　みりん　醤油　片栗粉 もやし　にら　人参　油　塩　醤油 さつまいも　ほうれん草　味噌	幼児	カップケーキ　メロン 牛乳 今年初めてのメロンです	ホットケーキMix　バター 牛乳　上白糖 メロン 大根　ベーコン　いんげん 醤油　塩
					乳児	カップケーキ　メロン 大根のスープ	
	13	金	ピラフ ポテトキャベツソテー ABCマカロニスープ しか組お楽しみ会 しか組の献立は後日お知らせします♪	胚芽米　塩　豚挽肉　玉葱　人参 バター キャベツ　じゃが芋　ベーコン オリーブ油　塩 鶏肉　人参　玉葱　コーン　セロリ マカロニ　塩	幼児	ミルククリームサンド 牛乳 しか組お楽しみ会 しか組の献立は後日お知らせします♪	食パン　牛乳　薄力粉 コーンスターチ　バター 上白糖 麸　小松菜　味噌
					乳児	ミルククリームサンド 麸の味噌汁	
	14	土	マーボー春雨丼 芋きんぴら 若布ともやしの味噌汁 かんきつ類	胚芽米　豚挽肉　春雨　葱　キャベツ 人参　酒　洗糖　醤油　ごま油　片栗粉 部位肉 じゃが芋　人参　いんげん　ごま油 洗糖　醤油 若布　もやし　味噌 かんきつ類	幼児	市販菓子　市販ジュース	
					乳児	市販菓子　市販ジュース	
	16	月	きびごはん 鶏のから揚げ （完了食：白身魚のから揚げ） ひじきの煮物 麸と小松菜の味噌汁	胚芽米　きび 鶏肉（完了食：白身魚）　酒　醤油 生姜　片栗粉　油 ひじき　人参　油揚げ　洗糖　醤油 みりん　油 麸　小松菜　玉葱　味噌	幼児	豆乳南瓜蒸しパン 煮干しごまチップ　牛乳	南瓜　豆乳　薄力粉　上白糖 油　ベーキングパウダー 食べ煮干し　白ごま　洗糖 醤油 キャベツ　玉葱　さつま芋 塩
					乳児	豆乳南瓜蒸しパン キャベツスープ	

この日は掘ってすぐに洗います しか じゃが芋洗い	17	火	ゆかりごはん ぶりの塩こうじ焼 ほうれん草しらす炒め 豆腐ともずくの味噌汁 幼児組 じゃが芋掘り（雨天時25日）	胚芽米　あわ　ゆかり ぶり　塩こうじ ほうれん草　人参　しらす　油　醤油 豆腐　もずく　小葱　味噌	幼児	粉ふき芋　雨天時☂：焼きおにぎり 牛乳	じゃが芋　塩　青のり トマト　ウインナー　玉葱 コーン　塩
					乳児	粉ふき芋　雨天時☂：焼きおにぎり トマトスープ	
りす 玉葱皮むき りす じゃが芋洗い	18	水	カレーライス （乳児：ミルクカレー） 高野豆腐の煮物 飲むヨーグルト	胚芽米　押麦　鶏肉　酒　玉葱　人参 にんにく　トマト　カレールウ　油 （薄力粉　バター　牛乳） 高野豆腐　人参　キャベツ　干し椎茸 油　醤油　みりん　洗糖 飲むヨーグルト	幼児	味噌うどん かんきつ類	うどん　人参　大根　小松菜 味噌 かんきつ類
					乳児	味噌うどん かんきつ類	
	19	木	きびごはん さわらの味噌焼き 野菜のうま煮 ほうれん草と春雨のすまし汁	胚芽米　きび さわら　味噌　みりん　醤油　洗糖 大根　ごぼう　人参　鶏肉　白滝　油 いんげん　洗糖　醤油　みりん ほうれん草　春雨　醤油　塩	幼児	レモンバタートースト 牛乳	食パン　バター　レモン汁 上白糖 玉葱　さつま芋　塩
					乳児	レモンバタートースト 玉葱のスープ	
りす そら豆さやむき しか じゃが芋洗い	20	金	ロールパン 豚肉のママレードソース じゃが芋のマヨ炒め 冬瓜スープ りす組 食事指導	ロールパン 豚肉　玉葱　油　ママレード　にんにく 醤油 じゃが芋　胡瓜　人参　コーン　塩 卵なしマヨネーズ 冬瓜　鶏肉　酒　人参　干し椎茸　塩	幼児	わかめごはん　茹でそら豆 麦茶	胚芽米　醤油　酒　塩 若布 そら豆 小松菜　キャベツ　味噌
					乳児	わかめごはん　茹でそら豆 小松菜の味噌汁	
	21	土	チキンライス ブロッコリー人参ソテー 和風ポトフ かんきつ類	胚芽米　ケチャップ　鶏肉　玉葱 いんげん　油　塩 ブロッコリー　人参　バター　塩 豚肉　酒　じゃが芋　人参　キャベツ 塩 かんきつ類	幼児	市販菓子　市販ジュース	
					乳児	市販菓子　市販ジュース	
	23	月	おかかふりかけごはん 白身魚のパン粉焼き 小松菜のにんにく生姜炒め 南瓜と玉葱の味噌汁 しか組 食事指導	胚芽米　あわ　おかか　みりん　醤油 白ごま 白身魚　塩　卵なしマヨネーズ　パン粉 青のり 小松菜　もやし　人参　生姜　にんにく 油　塩 南瓜　玉葱　味噌	幼児	きな粉クッキー 牛乳	薄力粉　きな粉　洗糖 バター キャベツ　鶏肉　塩
					乳児	きな粉クッキー キャベツスープ	
しか 玉葱皮むき しか じゃが芋洗い	24	火	鶏と野菜のうどん トマトとポテトの重ね煮 チーズ	うどん　鶏肉　ほうれん草　人参　葱 大根　干し椎茸　醤油　みりん　塩 じゃが芋　トマト　玉葱　ベーコン　塩 牛乳　バター チーズ	幼児	ツナチャーハン　すいか 麦茶	胚芽米　ツナ　人参　玉葱 油　卵なしマヨネーズ　塩 醤油 すいか 豆腐　若布　味噌
					乳児	ツナチャーハン　すいか 豆腐の味噌汁	
くま じゃが芋洗い	25	水	あわごはん 鮭の照り焼き 切干大根と刻み昆布の炒め煮 キャベツと油揚げの味噌汁 幼児組 じゃが芋掘り 順延日	胚芽米　あわ 鮭　醤油　みりん　洗糖 切干大根　豚肉　洗糖　醤油　みりん 油　いんげん キャベツ　玉葱　油揚げ　味噌	幼児	フライドポテト 牛乳	じゃが芋　塩　青のり 小松菜　大根　醤油　塩
					乳児	フライドポテト 小松菜のすまし汁	
	26	木	きびごはん ひじき入り和風ハンバーグ もやし炒め さつま芋とほうれん草の味噌汁	胚芽米　きび 豆腐　豚挽肉　ひじき　玉葱　パン粉 油　塩　みりん　醤油　片栗粉 もやし　にら　人参　油　塩　醤油 さつまいも　ほうれん草　味噌	幼児	カップケーキ　メロン 牛乳	ホットケーキMix　バター 牛乳　上白糖 メロン 大根　ベーコン　いんげん 醤油　塩
					乳児	カップケーキ　メロン 大根のスープ	
くま 玉葱皮むき りす じゃが芋洗い	27	金	ピラフ ポテトキャベツソテー ABCマカロニスープ	胚芽米　塩　豚挽肉　玉葱　人参 バター キャベツ　じゃが芋　ベーコン オリーブ油　塩 鶏肉　人参　玉葱　コーン　セロリ マカロニ　塩	幼児	ミルククリームサンド 牛乳	食パン　牛乳　薄力粉 コーンスターチ　バター 上白糖 麸　小松菜　味噌
					乳児	ミルククリームサンド 麸の味噌汁	
	28	土	マーボー春雨丼 芋きんぴら 若布ともやしの味噌汁 かんきつ類	胚芽米　豚挽肉　春雨　葱　キャベツ 人参　酒　洗糖　醤油　ごま油　片栗粉 部t肉 じゃが芋　人参　いんげん　ごま油 洗糖　醤油 若布　もやし　味噌 かんきつ類	幼児	市販菓子　市販ジュース	
					乳児	市販菓子　市販ジュース	
	30	月	きびごはん 豚肉のプルコギ きゅうりの甘酢煮 豆腐の中華スープ	胚芽米　きび　豚肉　酒　醤油 みりん　葱　洗糖　白ごま　油 胡瓜　春雨　人参　もやし　洗糖 塩　酢　醤油 豆腐　小松菜　若布　塩　醤油 ごま油	幼児	スイートパンプキン　クラッカー 牛乳	南瓜　さつま芋　バター 生クリーム　上白糖 クラッカー キャベツ　玉葱　味噌
					乳児	スイートパンプキン　クラッカー キャベツの味噌汁	

	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
1.2才	514kal	18．7g	14．4g	190mg	1．9g	166μgRE	0．25mg	0．21mg	17mg	2．3g	5．3g
3.4.5才	577kal	20．6g	15．7g	171mg	2．4g	186μgRE	0．30mg	0．22mg	19mg	2．2g	6．2g

かんきつ類・・・河内晩柑など、その日に美味しいものが出ます

【6月の献立のねらい】
食品の種類と料理を増やしていきます。

献立や食材は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

【旬の食材】
魚・・・・・まあじ　まぐろ　まいわし　とびうお　かつお　すずき　えび
野菜・・・かぼちゃ　トマト　とうもろこし　さやいんげん　なす　オクラ
　　きゅうり　ごぼう　ピーマン　そら豆　冬瓜　アスパラ
芋類・・・・・・・じゃが芋
果物・・・メロン　すいか　河内晩柑　さくらんぼ

1・2歳午前のおやつ
（9：15～9：30）
月～金　・・・牛乳
土・・・せんべい

じゃが芋掘り

17日（火）に、近くの畑へ幼児組さんがじゃが芋を掘りに行きます。掘ってきたじゃが芋は、その日のおやつに粉ふき芋にして食べます。たくさん掘れたじゃが芋は給食でも使います。いろいろな料理がになって出てきます。お楽しみに♪
（雨天の場合は25日に順延予定です。）