



6月予定献立表

令和7年

本分保育園

日	曜日	献立			材 料		
		朝のおやつ (未満児)	昼食	3時のおやつ	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする
2	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・昆布の佃煮・卵豆腐のお吸い物・ 旨煮・ゆかり和え・キウイ	豆乳・ ポパイホットケーキ	たまご豆腐／木綿豆腐／ かまぼこ／鶏肉／高野豆腐／豆乳／凍結全卵／金時豆	半つき米／押麦／きび砂糖／じゃがいも／薄力粉	こんぶ／カットわかめ／にんじん／ねぎ／乾しいたけ／ごぼう／れんこん／いんげん／きゅうり／もやし／キウイ／ほうれんそう
3	火	牛乳 ビスケット	ご飯（玄米）・カレービーンズ・ ししゃもの磯辺フライ・レモン和え・バナナ	牛乳・ あべかわマカロニ	豚肉／大豆水煮／ホップクリーム／フロセスチーズ／ししゃも／むきいか／油揚げ／普通牛乳／きな粉	玄米／じゃがいも／きび砂糖／薄力粉／パン粉／ごま油／ホットケーキミックス	にんじん／たまねぎ／マッシュルーム／ホールトマト缶／グリーンピース冷凍／あおのり／きゅうり／キャベツ／レモン／バナナ
4	水	牛乳 くだもの	ご飯（白米）・納豆・玉ねぎの味噌汁・ 高野豆腐のあんかけ・キャベツとえびの炒め・オレンジ	牛乳・ ごぼうまん	納豆／木綿豆腐／油揚げ／脱脂粉乳／いりこ／高野豆腐／鶏ひき肉／むきえび／普通牛乳／豚ひき肉	半つき米／押麦／なたね油／きび砂糖／片栗粉／ごま油／ホットケーキミックス	しめじ／たまねぎ／にんじん／カットわかめ／ねぎ／ピーマン／昆布／キャベツ／スイートコーン冷凍／オレンジ／ごぼう
5	木	牛乳 クラッカー	ご飯（玄米）・中華スープ・大豆バーグ・ かみかみサラダ・りんご・バナナ	お茶・ とうもろこしご飯	豚肉／豚ひき肉／大豆水煮／大豆ミンチ／サラダさきいか	玄米／マロニー／片栗粉／きび砂糖／ごま油／半つき米	にんじん／たまねぎ／きくらげ／はくさい／ねぎ／切干だいこん／きゅうり／もやし／りんご／バナナ／とうもろこし
6	金	牛乳 いもけんぴ	ご飯（白米）・五目かき玉汁・ さばの梅煮・納豆和え・すいか	牛乳・ バナナレーズン コーンフレーク	鶏肉／凍結全卵／さば／糸引き納豆／普通牛乳	半つき米／押麦／きび砂糖／コ玄米フレーク	にんじん／だいこん／乾しいたけ／ねぎ／昆布／しょうが／うめ／キャベツ／きゅうり／もやし／あおのり／すいか／バナナ／干しぶどう
7	土	牛乳 かんぱん	きのこスパゲティー・ジュリエンヌスープ・ 枝豆・オレンジ	お茶・ ブチチーズ&黒ごまプール	豚肉	スパゲッティ／ブチチーズ&黒ごまプール	にんじん／たまねぎ／えのき／しめじ／ほうれんそう／にんじんにく／キャベツ／セロリ／えだまめ冷凍／オレンジ
9	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・味のり・小松菜の味噌汁・ ツナの卵焼き・スタミナ焼き・バナナ	豆乳・ 南瓜の蒸しパン	木綿豆腐／いりこ／脱脂粉乳／凍結全卵／ツナフレーク／豚肉／豆乳／普通牛乳	半つき米／押麦／きび砂糖／なたね油／ホットケーキミックス	味付けのり／ごまつな／たまねぎ／にんじん／ねぎ／ピーマン／もやし／にら／にんにく／しょうが／バナナ／かぼちゃ／干しぶどう
10	火	牛乳 クッキー	ご飯（玄米）・わかめスープ・ チキンチキン根菜・短冊サラダ・オレンジ	お茶・ にらチーズチヂミ	鶏肉／普通牛乳／CHEDDARチーズ	玄米／はるさめ／ごまいり／片栗粉／なたね油／きび砂糖／薄力粉／ごま油	カットわかめ／にんじん／えのきたけ／はくさい／ねぎ／れんこん／ごぼう／えだまめ冷凍／きゅうり／だいこん／オレンジ／にら／たまねぎ
11	水	牛乳 くだもの	ご飯（白米）・ふりかけ・そうめん汁・ あじの蒲焼き風・夏野菜炒め・メロン	牛乳・ 豆乳もち	かつお節／しらす／鶏肉／かまぼこ／あじ／ツナフレーク／普通牛乳／調製豆乳／きな粉	半つき米／押麦／ごまいり／そうめん／片栗粉／きび砂糖／なたね油／黒砂糖	焼きのり／たまねぎ／にんじん／乾しいたけ／ねぎ／昆布／キャベツ／もやし／黄パプリカ／ピーマン／メロン
12	木	牛乳 せんべい	ご飯（玄米）・トマトスープ・ 鶏肉のオレンジ焼き・ゴマドレッシング和え・キウイ	お茶・ フルーツヨーグルト・クラッカー	豚肉／凍結全卵／鶏肉／ヨーグルト	玄米／片栗粉／マロニー／きび砂糖	トマト／にんじん／たまねぎ／オクラ／マーマレード／にんにく／しょうが／きゅうり／キャベツ／スイートソ冷凍／キウイ／バナナ／りんご／パイン／みかん
13	金	牛乳 チーズ	ご飯（白米）・納豆・じゃが芋の味噌汁・高野豆腐のグラタン・ 南瓜のスパイシー炒め・りんご・オレンジ	牛乳・ あじさいゼリー・ かたつむりクッキー	納豆／油揚げ／木綿豆腐／いりこ／脱脂粉乳／高野豆腐／ウインナー／普通牛乳／フロセスチーズ／豚肉	半つき米／押麦／じゃがいも／薄力粉／有塩バター／きび砂糖／無塩バター	にんじん／ねぎ／カットわかめ／ほうれんそう／たまねぎ／かぼちゃ／さやいんげん／にんにく／りんご／オレンジ／寒天／ぶどうジュース／りんごジュース
14	土	牛乳 かんぱん	ちゃんぽん・ポテトスティック・ 塩っぺ和え・バナナ	お茶・ あんトースト	豚肉／かまぼこ／むきいか／むきえび／脱脂粉乳	ちゃんぽん麺／じゃがいも／ごま油／あんトースト	にんじん／たまねぎ／きくらげ／キャベツ／もやし／ねぎ／きゅうり／塩昆布／バナナ
16	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・塩マーボー丼・中華風コーンスープ・ 春雨と胡瓜の酢の物・オレンジ	牛乳・ サーターアングダー	豚肉／木綿豆腐／凍結全卵／かまぼこ／普通牛乳	半つき米／押麦／ごま油／片栗粉／はるさめ／きび砂糖／ごまいり／薄力粉／ホットケーキミックス／なたね油	赤・黄パプリカ／しょうが／にんにく／ねぎ／はくさい／スナッパえんどう／スイートソ缶／にんじん／たまねぎ／きゅうり／カットわかめ／オレンジ
17	火	牛乳 ビスケット	ご飯（玄米）・野菜味噌・もずく汁・ ゆかりチーズつくね・切干し大根煮・キウイ	牛乳・ 年長クッキング じゃが芋饅頭	鶏肉／いりこ／鶏ひき肉／フロセスチーズ／木綿豆腐／普通牛乳	玄米／ごま油／パン粉／さくらんぼ／きび砂糖／じゃがいも／薄力粉	ごぼう／にんじん／もずく／たまねぎ／乾しいたけ／カットわかめ／切干し大根／さやいんげん／キウイ
18	水	牛乳 くだもの	ご飯（白米）・南瓜スープ・ カップコロッケ・五目豆・りんご・バナナ	お茶・「まほうのわくわくおにぎり」 ピーマンとツナのなかよしおにぎり	鶏肉／脱脂粉乳／牛ひき肉／牛肉／大豆水煮／竹輪／ツナフレーク	半つき米／押麦／有塩バター／薄力粉／じゃがいも／パン粉／糸こんにゃく／きび砂糖	にんじん／たまねぎ／かぼちゃ／パセリ／干しひじき／りんご／バナナ／ピーマン
19	木	牛乳 ふかしいも	ご飯（白米）・納豆・豚汁・厚揚げのお好み焼き・ フレンチサラダ・パイナップル	豆乳・ 手作りかえるパン	納豆／豚肉／木綿豆腐／いりこ／脱脂粉乳／厚揚げ／フロセスチーズ／豆乳／つぶしあん	半つき米／押麦／じゃがいも／なたね油／強力粉／きび砂糖／無塩バター	にんじん／もやし／だいこん／ごぼう／ねぎ／キャベツ／みかん／きゅうり／パイナップル
20	金	牛乳 クラッカー	ご飯（白米）・オニオンスープ・ 鮭の香りみそ焼き・プロテインサラダ・バナナ	牛乳・ レモンカップケーキ	豚肉／さけ／大豆水煮／鶏肉／普通牛乳／凍結全卵／生クリーム	半つき米／押麦／きび砂糖／ごまいり／ごま油／薄力粉／無塩バター／粉砂糖	たまねぎ／にんじん／セロリ／しめじ／パセリ／そ／しょうが／きゅうり／バナナ／レモン
21	土	牛乳 かんぱん	あんかけそうめん・茎わかめの煮物・ トマトサラダ・オレンジ	お茶・ クロワッサン	鶏ひき肉／かつお節／牛肉	そうめん／きび砂糖／片栗粉／ごまいり／クロワッサン	なす／ピーマン／たまねぎ／にんじん／昆布／くわわかめ／トマト／きゅうり／ブロッコリー／スイートソ冷凍／オレンジ
23	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・味のり・すまし汁・なすと厚揚げの味噌炒め・ ひじきのサラダ・りんご・バナナ	豆乳・ ケイクサレ	かまぼこ／木綿豆腐／いりこ／豚肉／厚揚げ／ツナフレーク／豆乳／凍結全卵／普通牛乳／フロセスチーズ／鮭フレーク	半つき米／押麦／ごま油／きび砂糖／ごまいり／ホットケーキミックス	味付けのり／だいこん／にんじん／えのき／カットわかめ／なす／ピーマン／干しひじき／きゅうり／もやし／レモン／りんご／バナナ／トマト／たまねぎ
24	火	牛乳 せんべい	ご飯（玄米）・ツナチャウダー・ 五目厚焼き卵・根菜の塩麴炒め・オレンジ	ブルーベリースムージー・ ラスク	ツナフレーク／脱脂粉乳／普通牛乳／凍結全卵／鶏ひき肉／豚肉／ヨーグルト	玄米／じゃがいも／有塩バター／薄力粉／なたね油／塩麴／グラニュー糖／フランスパン	にんじん／たまねぎ／しめじ／干しひじき／ピーマン／ごぼう／れんこん／にんにく／オレンジ／ブルーベリー冷凍／バナナ
25	水	牛乳 くだもの	ピラフ・ポトフ・春巻き・もやしのソテー・ 南瓜サラダ・トマト・メロン	お楽しみ  お誕生会	ウインナー／豚肉／フロセスチーズ／普通牛乳	半つき米／じゃがいも／なたね油	たまねぎ／にんじん／グリーンピース冷凍／スイートソ冷凍／キャベツ／セロリ／パセリ／もやし／ピーマン／かぼちゃ／きゅうり／トマト／メロン
26	木	牛乳 いもけんぴ	ご飯（玄米）・納豆・切干大根の味噌汁・ 手羽元のさっぱり煮・磯サラダ・バナナ	お茶・ 枝豆じゃこおにぎり	納豆／油揚げ／木綿豆腐／いりこ／脱脂粉乳／手羽元／しらす	玄米／きび砂糖／ごまいり／ごま油／半つき米	切干しだいこん／にんじん／だいこん／ねぎ／しょうが／くわわかめ／キャベツ／きゅうり／スイートソ冷凍／バナナ／むき枝豆／塩昆布
27	金	牛乳 クッキー	ご飯（白米）・夏野菜スープ・ 魚のピザ焼き・ジュリアンサラダ・キウイ	牛乳・ ふかし芋・おしゃぶり昆布	豚肉／フロセスチーズ／メルルーサ／ロースハム／普通牛乳	半つき米／押麦／ごまいり／さつまいも	キャベツ／ズッキーニ／にんじん／たまねぎ／赤・黄パプリカ／ピーマン／だいこん／きゅうり／キウイ／昆布
28	土	牛乳 かんぱん	けんちんうどん・のり塩ビーンズ・ 小松菜のさくらえび和え・すいか	お茶・ おさつと小豆のプール	豚肉／いりこ／油揚げ／大豆水煮／さくらえび	じゃがいも／うどん麺／ごま油／おさつと小豆のプール	にんじん／だいこん／ごぼう／乾しいたけ／ねぎ／あおのり／ごまつな／しょうが／すいか
30	月	牛乳 パン	ご飯（白米）・ハヤシライス・ きびなのゆかり揚げ・ナムル・バナナ	豆乳・ スコーン ジャム添え	牛肉／脱脂粉乳／きびなご／豆乳／普通牛乳	半つき米／押麦／じゃがいも／片栗粉／薄力粉／なたね油／きび砂糖／ごま油／全粒粉／無塩バター	にんじん／たまねぎ／なす／グリーンピース冷凍／もやし／オクラ／きゅうり／バナナ／りんご／レモン