

		令和 7年 6月分 給食だより		ひとつぶ保育園	
日	曜	献立名	使用食材名	2～5歳児のおやつ	0～1歳児のおやつ
2	・ 月	超熟ロール(0歳はごはん)	・超熟ロール	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 かやくぞうすい くだもの
		コーンと野菜のクリーム煮	・鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、クリームコーン、グリーンピース、油、塩・こしょう、コンソメ、 牛乳 、水、シチュールウ		
16		アスパラサラダ	・アスパラガス、トマト、キャベツ、酢、油、上白糖、塩・こしょう		
3	・ 火	ごはん	・米	牛乳 おかし くだもの	牛乳 キャロットゼリー くだもの
		八宝菜風	・豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、たけのこ(水煮)、干し椎茸、青ネギ、油、しょうが、鶏がらスープ、塩・こしょう、しょうゆ(濃)、片栗粉		
17		華風和え	・卵、きゅうり、人参、もやし、酢、上白糖、しょうゆ(薄)、ごま油		
4	・ 水	ごはん	・米	牛乳 ジャムサンド	牛乳 ジャムサンド くだもの
		ハヤシシチュー	・牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、コンソメ、塩・こしょう、ハヤシルウ、ケチャップ、水		
18		キャベツのコーン和え	・キャベツ、人参、ホールコーン、酢、上白糖、しょうゆ(薄)		
5	木 ・	ごはん	・米	牛乳 チーズ入りホットケーキ	牛乳 チーズ入りホットケーキ くだもの
		ひじきと大豆の炒め煮	・ひじき、だいず(国産、乾)、鶏肉、れんこん、油あげ、人参、平天、三度豆、油、上白糖、酒、みりん、しょうゆ(濃)、出し汁		
27	金	けんちん汁	・豚肉、木綿豆腐、つきこんにゃく、だいこん、人参、ごぼう、青ネギ、油、出し汁、しょうゆ(薄)		
6	・ 金	ごはん	・米	牛乳 ゼリーミックス	牛乳 フルーツミックス
		ポークカレー	・豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、しょうが、にんにく、塩・こしょう、コンソメ、カレールウ、りんご、水		
20		フレンチサラダ	・キャベツ、きゅうり、トマト、酢、油、上白糖、塩・こしょう		
7	土	わかめうどん (0歳はぞうすい) くだもの	・うどん、鶏肉、わかめ、かまぼこ、人参、玉ねぎ、青ネギ、出し昆布、出しかつお、しょうゆ(薄)、みりん ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
9	・ 月	食パン(0歳はごはん)	・食パン	牛乳 フレンチポテト	牛乳 ふかしじゃがいも くだもの
		洋風含め煮	・鶏肉、ベーコン、むきえび、酒、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、塩、こしょう、コンソメ、水		
23		マカロニサラダ	・マカロニ(乾)、ロースハム、きゅうり、人参、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料		
10	火 ・	ごはん	・米	牛乳 おかし くだもの	牛乳 いもようかん くだもの
		鮭の塩焼き(0・1歳は煮魚) 磯辺和え	・べにざけ、塩・こしょう ・こまつな、もやし、きざみのり、しょうゆ(薄)、上白糖		
26	木	みそ汁	・玉ねぎ、だいこん、青ネギ、出し汁、みそ		
11	・ 水	ごはん	・米	牛乳 きなこペンネ	牛乳 きなこペンネ くだもの
		千切り大根の炒め煮	・千切り大根、油あげ、鶏肉、人参、油、水、出しかつお、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん		
25		豚汁	・豚肉、木綿豆腐、だいこん、つきこんにゃく、人参、ごぼう、青ネギ、油、出し汁、みそ		
		味付けのり	・味付けのり		
12	木	ごはん 新じゃが芋と玉ねぎの煮物 おひたし	・米 ・牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、青ネギ、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん ・こまつな、はくさい、人参、しょうゆ(薄)、上白糖	牛乳 おかし くだもの	牛乳 クレープ くだもの
13	金	ひじきご飯 白身魚の天ぷら(0・1歳は煮魚) かつお和え みそ汁	・米、水、塩、しょうゆ(薄)、酒、ひじき、鶏肉、人参、油あげ、油、出し汁、上白糖、しょうゆ(薄)、グリーンピース ・たら、塩、小麦粉(薄力粉)、水、油 ・キャベツ、きゅうり、人参、花かつお、しょうゆ(薄)、上白糖 ・じゃがいも、玉ねぎ、青ネギ、出し汁、みそ	牛乳 おかし くだもの	牛乳 人参むしパン くだもの
14	土	スパゲティナポリタン (0歳はぞうすい) くだもの	・スパゲティ、油、ロースハム、エリンギ、玉ねぎ、人参、ピーマン、油、塩・こしょう、ケチャップ、ウスターソース ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
19	木	ごはん つくね団子 (0・1歳は鶏肉のほぐし煮) ごまあえ オニオンスープ	・米 ・鶏ミンチ、生椎茸、玉ねぎ、塩・こしょう、しょうゆ(濃)、片栗粉、油 ・キャベツ、きゅうり、人参、すりごま、しょうゆ(薄)、上白糖 ・ベーコン、玉ねぎ、人参、パセリ、コンソメ、水、塩、こしょう	牛乳 おかし くだもの	牛乳 豆腐みたらし くだもの
21	土	焼きそば (0歳はぞうすい) くだもの	・中華めん(ゆで)、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青ネギ、油、塩、こしょう、ウスターソース、とんかつソース ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
24	火	おべんとう	・おべんとう	牛乳 おかし	牛乳 おかし
28	土	鶏南蛮 (0歳はぞうすい) くだもの	・うどん、鶏肉、かまぼこ、玉ねぎ、人参、青ネギ、水、出し昆布、出しかつお、しょうゆ(薄)、みりん ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
30	月	超熟ロール(0歳はごはん) 焼肉サラダ ミネストローネ	・超熟ロール ・牛肉、いりごま、しょうゆ(濃)、上白糖、ごま油、糸こんにゃく、油、キャベツ、人参、酢、しょうゆ(濃)、上白糖、ごま油、いりごま ・鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、トマト、油、コンソメ、塩、こしょう、水	牛乳 フルーツのヨーグルト和え	牛乳 フルーツのヨーグルト和え くだもの
		◎アレルギー除去食があります 赤色 卵アレルギー 青色 乳製品アレルギー			

平均栄養量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	レチノール当量 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 g
未満児(1～2歳)	538	20.2	18.1	340	1.8	239	0.28	0.44	36	5.5	1.6
以上児(3～5歳)	567	20.5	18.4	279	2.1	253	0.29	0.38	44	6.7	1.8