

令和 8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
1 月	超熟ロール(0歳はごはん) 洋風含め煮 15 アスパラサラダ	・超熟ロール ・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 ・アスパラガス、トマト、キャベツ、酢、油、上白糖、塩・こしょう	牛乳 フレンチポテト	牛乳 ふかしじゃがいも くだもの
2 火	ごはん 豚肉とじゃがいもの甘辛炒め 16 かきたま汁	・米 ・豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、油、しょうゆ(濃)、酒、上白糖、青ネギ ・卵、木綿豆腐、みつば、出し汁、しょうゆ(薄)、片栗粉	牛乳 おかし くだもの	牛乳 キャラットゼリー くだもの
3 水	ごはん ハヤシチュー 17 キャベツのコーン和え	・米 ・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、ハヤシルー、ケチャップ、水 ・キャベツ、人参、ホールコーン、酢、上白糖、しょうゆ(薄)	牛乳 ツナサンド	牛乳 ツナサンド くだもの
4 木	ごはん 揚げしゅうまい (0・1歳は鶏肉のほくし煮) 中華サラダ 野菜スープ	・米 ・豆腐しゅうまい、油 ・ロースハム、チンゲンサイ、はくさい、すりごま、上白糖、酢、しょうゆ(濃)、ごま油 ・ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、コンソメ、塩、こしょう、水	牛乳 おかし くだもの	牛乳 豆腐みたらし くだもの
5 金	ごはん 千切り大根の炒め煮 19 豚汁	・米 ・千切り大根、油あげ、鶏肉、人参、油、出しかつお、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん ・豚肉、木綿豆腐、つきこんにやく、人参、ごぼう、青ネギ、油、出し汁、みそ	牛乳 きなこペンネ	牛乳 きなこペンネ くだもの
6 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、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
8 月	食パン(0歳はごはん) 22 ワンタンスープ ポテトサラダ	・米 ・合ミンチ、青ネギ、しょうが、片栗粉、ワンタンの皮、人参、玉ねぎ、はくさい、干し椎茸、青ネギ、鶏がらスープ、塩、こしょう、しょうゆ(薄) ・じゃがいも、ロースハム、人参、きゅうり、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料	牛乳 おかし くだもの	牛乳 スイートポテト くだもの
9 火	ごはん 鮭のムニエル (0・1歳は煮魚) 23 ごま和え みそ汁	・米 ・鮭、塩・こしょう、小麦粉、バター、油 ・ほうれん草、はくさい、人参、すりごま、しょうゆ(薄)、上白糖 ・油あげ、玉ねぎ、そうめん、わかめ、出し汁、みそ	牛乳 おかし くだもの	牛乳 クレープ くだもの
10 水	ごはん チキンカレー 24 フレンチサラダ	・米 ・鶏肉、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 ・キャベツ、きゅうり、トマト、酢、油、上白糖、塩・こしょう	牛乳 ゼリーミックス	牛乳 ゼリーミックス
11 木	ごはん じゃが芋と玉ねぎの煮物 26 かつお和え ふりかけ	・米 ・牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、糸こんにやく、青ネギ、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん ・はくさい、きゅうり、人参、花かつお、しょうゆ(薄)、上白糖 ・ふりかけ	牛乳 おかし くだもの	牛乳 いもようかん くだもの
12 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、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
13 土	焼きそば (0歳はぞうすい) くだもの	・中華めん、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
18 木	ごはん ごもく煮 けんちんじる	・米 ・鶏肉、だいず(国産、乾)、ちくわ、人参、たけのこ(水煮)、つきこんにやく、三度豆、上白糖、しょうゆ(濃) ・豚肉、木綿豆腐、だいこん、人参、ごぼう、青ネギ、油、出し汁、しょうゆ(薄)	牛乳 コーン入りホットケーキ	牛乳 コーン入りホットケーキ くだもの
20 土	スバゲティミートソース (0歳はぞうすい) くだもの	・スバゲティ、油、合ミンチ、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン、油、にんにく、しょうが、コンソメ、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
25 木	おべんとう	・おべんとう	牛乳 おかし	牛乳 おかし
27 土	カレーうどん (0歳はぞうすい) くだもの	・うどん、豚肉、人参、玉ねぎ、青ネギ、油、出し汁、カレールウ、片栗粉 ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
29 月	超熟ロール(0歳はごはん) 焼肉サラダ ミネストローネスープ	・超熟ロール ・牛肉、いりごま、しょうゆ(濃)、上白糖、ごま油、糸こんにやく、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、パセリ、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
30 火	ごはん あんかけ豆腐 華風和え	・米 ・木綿豆腐、合ミンチ、人参、干し椎茸、青ネギ、油、しょうが、にんにく、鶏がらスープ、塩、こしょう、しょうゆ(濃)、みりん、片栗粉、ごま油 ・きゅうり、人参、もやし、酢、上白糖、しょうゆ(薄)、ごま油	牛乳 おかし くだもの	牛乳 豆乳もち 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)	532	19.7	17.9	326	1.6	221	0.29	0.44	30	5.5	1.6
以上児(3~5歳)	560	20.1	18.3	265	1.9	232	0.3	0.37	35	6.5	1.8