



# 令和6年度 6月 予定献立表

日	曜	未満児おやつ	おひる	おやつ	しょくざい	エネルギー kcal	食塩相当量 g
1	土	ビスケット 牛乳	卵とじうどん 牛乳 小玉すいか		ソフトビスケット 普通牛乳 干しうどん まこんぶ かつお節 若鶏もも皮なし にんじん 干ししいたけ 卵 根深ねぎ すいか	361 327	2.8 3.5
3	月	バナナ 麦茶	蒸しぎょうざ 春雨サラダ みそ汁	黒糖蒸しぱん 牛乳	ハム ロース きゅうり はるさめ にんじん みかん缶 ごま油 上白糖 木綿豆腐 だいこん わけぎ 削り節 薄力粉 1等 黒砂糖 卵 普通牛乳 レーズン	512 570	2.1 2.7
4	火	玄米小丸 麦茶	肉じゃが ひじきとキャベツのサラダ グレープフルーツ	バームクーヘン 牛乳	豚もも 脂身つき 生揚げ じゃがいも にんじん たまねぎ しらたき グリーンピース 調合サラダ油 上白糖 キャベツ ほしひじき ごま いり グレープフルーツ バームクーヘン 普通牛乳	593 645	1.4 1.6
5	水	まがりせんべい 麦茶	おたのしみ献立	マカロニあべかわ 牛乳	まだら 薄力粉 卵 ビーマン もやし にんじん きゅうり 親世ふ 生わかめ 根深ねぎ 削り節 マカロニ きな粉 全粒大豆 上白糖 普通牛乳	466 522	2.1 2.5
6	木	せんべい 麦茶	麻婆豆腐 浅漬け オレンジ	たべっこ動物 牛乳	木綿豆腐 にんじん 鶏ひき肉 だけのこゆで 根深ねぎ 干し しいたけ グリンピース しょうが 塩昆布 きゅうり キャベツ ネーブル たべっこ豆腐 普通牛乳	495 548	1.4 1.7
7	金	カルシウムせん 麦茶	ポークチャップ しやしききサラダ もやしスープ	バナナパンケーキ 牛乳	豚もも 脂身つき にんにく たまねぎ にんじん ビーマン プ レーンヨーグルト きゅうり キャベツ もやし コーンホール 卵 普通牛乳 パター バナナ	560 629	2.6 2.9
8	土	プチダノン 牛乳	タコライス 牛乳 みかん		豚ひき肉 たまねぎ にんにく なす ビーマン 黄ピーマン 赤 ピーマン スイートコーン 冷凍 ホール トマトホール レタス プロセスチーズ ミニトマト みかん	487 458	1.2 1.5
10	月	さっぱり塩味 麦茶	チキンカレー マカロニサラダ オレンジ	レーズンロールパン 牛乳	若鶏もも皮なし じゃがいも にんじん たまねぎ スキムミルク グリーンピース にんにく マカロニ きゅうり フレンチドレッシ ング レタス ネーブル ぶどうパン 普通牛乳	575 614	2.7 3.2
11	火	ビスケット 麦茶	かぼちゃのそぼろ煮 もやしのツナ和え グレープフルーツ	お好み焼き 牛乳	西洋かぼちゃ 豚ひき肉 にんじん ビーマン もやし きゅうり ツナ すりごま グレープフルーツ キャベツ 干しえび 根深ねぎ 煮干し粉 卵 あおりのり 普通牛乳	558 621	1.6 2.1
12	水	青のりせんべい 麦茶	切干大根の炒め煮 きゅうりとワカメの 酢の物 トマト	ジャムサンド 牛乳	切干しいたけ にんじん さつま揚げ こんにゃく 油揚げ い んげんまめ 干ししいたけ 生わかめ きゅうり トマト ロール パン いちごジャム 普通牛乳	481 541	1.9 2.2
13	木	うすやきせん 麦茶	チキンナゲット ポパイサラダ グレープフルーツ	ヨーグルト ジュース	鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ しょうが にんにく 卵 ほうれ ん草 生しいたけ ツナ缶 ごまいり グレープフルーツ 普通 ヨーグルト にんじんジュース	422 428	1.1 1.1
14	金	おととと 麦茶	鮭のオーロラソース ポテトサラダ キャベツ入りコーンスープ	たこ焼き 牛乳	おととと 精白米 さけ マヨネーズ じゃがいも きゅうり みかん缶詰 果肉 にんじん 普通牛乳 コーンクリーム たまねぎ キャベツ かつお節	576 659	2.0 2.5
15	土	ソフトせんべい 牛乳	焼きそばパン 牛乳 オレンジ		ソフトサラダ 普通牛乳 パターロール 蒸し中華めん キャベツ アルファルファもやし ハム ロース ネーブル	318 270	0.8 0.9
17	月	ぱりんこ 麦茶	ポークビーンズ トマトときゅうりのお かか和え グレープフルーツ	スナックパン 牛乳	だいす水煮 豚もも 脂身つき にんじん じゃがいも たまねぎ グリーンピース スキムミルク きゅうり ミニトマト 削り節 グ レープフルーツ スナックパン 普通牛乳	521 593	1.6 1.8
18	火	チーズおかき 麦茶	四川豆腐 チンゲン菜と干しえびの甘酢 和え バナナ	ミルクプリン ジュース	生揚げ 豚ひき肉 にんじん だけのこゆで いんげんまめ キャ ベツ 干ししいたけ もやし しょうが チンゲンサイ 干しえび バナナ ミルクプリン	558 663	1.4 1.7
19	水	えびせんべい 麦茶	鶏の唐揚げ ブロックリー塩昆布和え みそ汁	黒糖ロールパン 牛乳	若鶏もも皮つき おろししょうが ブロッコリー ごま油 塩昆布 ごまいり 生わかめ たまねぎ 削り節 黒糖ロールパン 普通牛 乳	577 626	2.1 2.3
20	木	ジュース	ミートソーススパゲッティ ウィナー かぼちゃサラダ キャベツたっぷりスープ オレンジ	マドレーヌ 牛乳	スパゲッティ 玉葱 人参 豚ひき肉 ビーマン トマト水煮 ウ ィナー 西洋かぼちゃ きゅうり すりごま キャベツ 卵 ネーブル マドレーヌ 普通牛乳	670 738	3.1 3.9
21	金	ハッピーターン 麦茶	カラフル青椒肉絲 ごま塩キャベツ グ レープフルーツ	コーンフレーク 牛乳	豚もも 脂身つき しょうが 根深ねぎ ビーマン 赤ピーマン 黄ピーマン にんじん だけのこゆで たまねぎ もやし キャ ベツ コーン ごまいり レモン果汁 普通牛乳	494 543	1.9 2.1
22	土	干しいも 牛乳	すいとん 牛乳 りんご		干しいも 普通牛乳 薄力粉 1等 にんじん 生しいたけ だい ごん 油揚げ 若鶏もも皮つき 削り節 りんご	317 262	1.4 1.7
24	月	のりせん 麦茶	煮魚 スパゲッティサラダ あじさい汁	ミニパン 牛乳	めかじき しょうが スパゲッティ きゅうり にんじん たまね ぎ フレンチドレッシング レタス ほうれん草 はんぺん 親世 ふ ミニパン 普通牛乳	473 547	2.7 3.0
25	火	うすやきせん 麦茶	キーマカレー 小松菜のごま和え 小玉すいか	焼きそば 牛乳	たまねぎ 豚ひき肉 しょうが にんにく スキムミルク だい す コーン グリンピース こまつな すりごま 蒸し中華めん キャベツ もやし ハム ロース 普通牛乳	548 618	2.3 2.7
26	水	星たべよ 麦茶	豆腐ハンバーグ コーンサラダ バナナ	ゼリー 牛乳	絞豆腐 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 卵 スキムミルク コーン きゅうり レタス みかん缶詰 果肉 バナナ オレンジゼ リー 普通牛乳	540 608	1.0 1.4
27	木	せんべい 麦茶	親子煮 ハムと野菜のおかか和え オレンジ	蒸しパン(きなこ) 牛乳	若鶏もも皮なし キャベツ にんじん たまねぎ グリンピース 冷凍 スキムミルク 卵 じゃがいも ハム もやし きゅうり かつお節 オレンジ きな粉 豆乳 レーズン 普通牛乳	571 653	1.4 1.8
28	金	ビスコ 麦茶	筑前煮 切干大根の酢の物 トマト	蒸し芋 キャンディーチーズ 牛乳	さといも にんじん こんにゃく いんげん 若鶏もも皮なし た けのこゆで ごぼう しょうが 切干しいたけ きゅうり 生わ かめ トマト じゃがいも チーズ 普通牛乳	475 517	2.1 2.5
29	土	ハーベスト 牛乳	ウィナーサンド 牛乳 キウイフルーツ		ハーベスト 普通牛乳 ロールパン きゅうり ソーセージウイ ナー キウイフルーツ	296 253	0.8 0.8
						533 594	1.9 2.3

※都合により献立が変更になる場合があります。

※上段：未満児、下段：以上児 (平均値)

## 今月の行事献立

- 6月 5日(水) おたのしみ献立
- 6月14日(金) リクエストメニュー
- 6月20日(木) お誕生日会

(ヒント)魚のみどり色した揚げ物です。  
きりん組さんの希望を取り入れたメニューです。  
ごはんは、いりません。

