



# 6月 給食献立表



2025年

| 日  | 曜 | 昼 食   | お や つ                  | 赤：血や肉になる  | 黄：熱や力となる  | 緑：調子をとのえる  | ディスプレイ |
|----|---|---|------------------------|---|---|--|--------|
| 2  | 月 | 米飯 鱈フライのタルタルソース<br>ひじきとほうれん草の納豆和え<br>きのこの味噌汁 オレンジ         | 牛乳<br>シリアルクッキー         | まあじ・鶏卵・挽きわりの納豆<br>しらす干し・かつお節・油揚げ<br>甘みそ・普通牛乳・スキムミルク | 米・薄力粉・パン粉・なたね油<br>マヨネーズ・無塩バター<br>コーンフレーク・砂糖                     | ほうれん草・にんじん・ほしひじき・なめこ<br>えのきだけ・ぶなしめじ・たまねぎ<br>乾しいたけ・パレンシアオレンジ・ブルー          | 幼児     |
| 3  | 火 | 米飯 厚揚げとミンチの中華煮<br>かぼちゃサラダ<br>卵とかんぴょうの味噌汁                  | 牛乳<br>畑のクラッカー          | 生揚げ・牛ひき肉・豚ひき肉<br>ロースハム・レンズまめ・鶏卵・油揚げ<br>甘みそ・普通牛乳     | 米・ごま油・なたね油・かたくり粉<br>マヨネーズ・オリーブオイル                               | たまねぎ・にんじん・生しいたけ<br>グリーンピース・西洋かぼちゃ・きゅうり<br>レタス・かんぴょう・えのきだけ                | 幼児     |
| 4  | 水 | 米飯 鮭のレモン和え<br>ひじきと大豆の煮物<br>豆腐となめこの味噌汁                     | 牛乳<br>バナナケーキ           | へにぎげ・だいず・木綿豆腐・甘みそ<br>普通牛乳・鶏卵                        | 米・砂糖・なたね油・かたくり粉<br>薄力粉・無塩バター                                    | 西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン<br>にんじん・ほしひじき・なめこ・たまねぎ<br>キャベツ・バナナ                      | 離乳食    |
| 5  | 木 | 米飯 鶏肉のみそ焼き<br>キャベツの胡麻和え<br>かぼちゃの味噌汁                       | 牛乳<br>マーブル蒸しパン         | 鶏もも・甘みそ・油揚げ・普通牛乳<br>鶏卵・スキムミルク                       | 米・砂糖・ごま・オリーブオイル   | 葉ねぎ・キャベツ・にんじん・西洋かぼちゃ<br>たまねぎ   | 幼児     |
| 6  | 金 | 米飯 松風焼き<br>切り干し大根の白和え<br>小松菜の味噌汁 バナナ                      | 牛乳<br>豆乳プリン            | 鶏ひき肉・麦みそ・鶏卵・木綿豆腐<br>油揚げ・甘みそ・普通牛乳・豆乳<br>ゼラチン・きな粉     | 米・重糖・パン粉・ごま・砂糖<br>メープルシロップ                                      | たまねぎ・葉ねぎ・あおのり<br>切り干しだいこん・にんじん・ほうれん草<br>ごまつな・バナナ                         | 幼児     |
| 7  | 土 | チキンライス 豆腐サラダ<br>白菜の味噌汁                                    | 牛乳<br>野菜スナック           | 鶏ひき肉・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ<br>普通牛乳                           | 米・なたね油・砂糖・コーンスナック   | たまねぎ・青ピーマン・にんじん・きゅうり<br>ほうれん草・はくさい・えのきだけ                                 | 幼児     |
| 9  | 月 | 米飯 赤魚の塩麹焼き<br>もやしの酢の物<br>豆腐とわかめの味噌汁                       | 牛乳<br>ポテトチップ           | あこうたい・木綿豆腐・甘みそ<br>普通牛乳                              | 米・塩麹・砂糖・ポテトチップス   | りょくとうもやし・きゅうり・にんじん<br>たまねぎ・わかめ   | 幼児     |
| 10 | 火 | 米飯 マーボほるさめ<br>中華サラダ<br>チンゲン菜のスープ オレンジ                     | 牛乳<br>チーズ春巻き           | 牛ひき肉・豚ひき肉・普通牛乳<br>プロセスチーズ                           | 米・普通ほるさめ・ごま油・砂糖<br>はるまきの皮・なたね油                                  | たまねぎ・にんじん・青ピーマン<br>生しいたけ・きゅうり・わかめ・レタス<br>チンゲンサイ・パレンシアオレンジ                | 幼児     |
| 11 | 水 | 米飯 鶏肉と大根の照り煮<br>春雨の酢の物<br>キャベツの味噌汁                        | 牛乳<br>ふのラスク            | 鶏もも・油揚げ・甘みそ・普通牛乳<br>クリーム                            | 米・薄力粉・なたね油・砂糖・ごま<br>緑豆ほるさめ・焼きふ・有塩バター                            | 大根・にんじん・グリーンピース・きゅうり<br>わかめ・キャベツ・たまねぎ                                    | なぎさ    |
| 12 | 木 | 米飯 カルシウムふりかけ<br>鯖の青のり焼き<br>チンゲンサイと桜エビの胡麻和え<br>わかめと玉ねぎの味噌汁 | 牛乳<br>マカロニきな粉          | 煮干し・かつお節・さわら・油揚げ<br>さくらえび・甘みそ・普通牛乳・きな粉              | 米・ごま・砂糖・ごま油<br>マカロニスバグティ乾                                       | あおのり・塩昆布・チンゲンサイ<br>りょくとうもやし・わかめ・たまねぎ・にんじん<br>えのきだけ                       | 幼児     |
| 13 | 金 | 米飯 ツナときゅうりのサラダ<br>キャベツとウィンナーのスープ バナナ                      | 牛乳<br>のりチーズトースト        | ベーコン・パルメザンチーズ<br>ツナ缶詰・ウィンナー・普通牛乳<br>プロセスチーズ・しらす干し   | マカロニスバグティ乾・有塩バター<br>砂糖・ごま油・食パン                                  | たまねぎ・にんじん・青ピーマン・きゅうり<br>わかめ・キャベツ・バナナ・いわのり                                | 幼児     |
| 14 | 土 | 牛肉の混ぜご飯<br>もやしの酢の物<br>豆腐と油揚げの味噌汁                          | 牛乳<br>ミレービスケット         | 牛ひき肉・木綿豆腐・油揚げ・甘みそ<br>普通牛乳                           | 米・砂糖・なたね油・ビスケット   | グリーンピース・にんじん・りょくとうもやし<br>きゅうり  | 幼児     |
| 16 | 月 | 米飯 鱈のチーズパン粉焼き<br>小松菜の梅じゃこ和え<br>そうめんの味噌汁                   | 牛乳<br>人参のパウンドケーキ       | まあじ・パルメザンチーズ・しらす干し<br>油揚げ・甘みそ・普通牛乳・鶏卵               | 米・パン粉・なたね油<br>そうめん・ひやむぎ・オリーブオイル<br>無塩バター・砂糖                     | しょうが・ごまつな・りょくとうもやし・梅干し<br>たまねぎ・にんじん・キャベツ                                 | 幼児     |
| 17 | 火 | 米飯 豆腐ハンバーグ<br>トマトのサラダ<br>ほうれん草のポタージュ<br>バナナ               | 牛乳<br>誕生日ケーキ           | 牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵<br>低脂肪牛乳・スキムミルク・普通牛乳<br>ホイップクリーム  | 米・パン粉・なたね油・マヨネーズ<br>かたくり粉・オリーブオイル・砂糖<br>マーガリン                   | たまねぎ・キャベツ・トマト・きゅうり<br>ほうれん草・バナナ・パレンシアオレンジ                                | 幼児     |
| 18 | 水 | 米飯 鯖の味噌焼き<br>中華サラダ<br>豆腐と野菜のすまし汁                          | 牛乳<br>きな粉焼きパン          | さわら・麦みそ・木綿豆腐・普通牛乳<br>鶏卵・きな粉・スキムミルク                  | 米・砂糖・ごま油・オリーブオイル<br>なたね油  | しそ・きゅうり・にんじん・わかめ・レタス<br>ほうれん草・たまねぎ・えのきだけ                                 | おひさま   |
| 19 | 木 | 米飯 鶏のマーマレード焼き<br>切り干し大根の煮物<br>ほうれん草と厚揚げの味噌汁               | 牛乳<br>カップゼリー           | 鶏もも・油揚げ・焼き竹輪・生揚げ<br>甘みそ・普通牛乳                        | 米・マーマレード・砂糖・なたね油<br>ゼリー   | 切り干しだいこん・にんじん・ほうれん草<br>たまねぎ  | 幼児     |
| 20 | 金 | カレーライス 海藻サラダ<br>ゆで卵 オレンジ                                  | 牛乳<br>カルシウムヨーグルト       | 豚ロース・鶏卵・普通牛乳・ヨーグルト                                  | 米・じゃがいも・なたね油・かたくり粉<br>砂糖・マヨネーズ                                  | たまねぎ・にんじん・わかめ・サニーレタス<br>レタス・きゅうり・にんじん<br>パレンシアオレンジ                       | 幼児     |
| 21 | 土 | 鶏とひじきの混ぜご飯<br>チンゲンサイと油揚げの胡麻和え<br>ふとわかめの味噌汁                | 牛乳<br>カリボテ             | 鶏もも・油揚げ・甘みそ・普通牛乳                                    | 米・なたね油・砂糖・ごま・焼きふ<br>せんべい  | にんじん・生しいたけ・きやいんげん<br>ほしひじき・チンゲンサイ・りょくとうもやし<br>にんじん・たまねぎ・わかめ              | 幼児     |
| 23 | 月 | 米飯 鯖の西京焼き<br>小松菜と焼き海苔のサラダ<br>じゃがいもの味噌汁                    | 牛乳<br>カルシウムクッキー        | さわら・甘みそ・油揚げ・普通牛乳<br>鶏卵・スキムミルク                       | 米・ごま油・ごま・じゃがいも・薄力粉<br>砂糖・無塩バター・ごま                               | ごまつな・にんじん・りょくとうもやし<br>焼きのり・たまねぎ・えのきだけ・わかめ                                | 幼児     |
| 24 | 火 | 赤飯 チキンカツ<br>スバグティサラダ<br>コーンスープ パインアップル                    | 牛乳<br>誕生日ケーキ           | あずき・鶏もも・鶏卵・低脂肪牛乳<br>スキムミルク・普通牛乳・ホイップクリーム            | 米・薄力粉・パン粉・なたね油<br>マカロニスバグティ乾・マヨネーズ<br>かたくり粉・オリーブオイル・砂糖<br>マーガリン | きゅうり・スイートピー・にんじん・キャベツ<br>スイートピー缶詰・パインアップル・メロン                            | 幼児     |
| 25 | 水 | ピカディージョライス<br>カチュンバリ<br>ムングダールスープ                         | 牛乳<br>ファールトン           | 牛ひき肉・豚ひき肉・りょくとう<br>普通牛乳・鶏卵・クリーム                     | 米・なたね油・オリーブオイル・砂糖<br>有塩バター・薄力粉・無塩バター                            | たまねぎ・にんじん・セロリー・きしごとう<br>キャベツ・にんじん・青ピーマン・トマト<br>レモン・ブルー                   | なぎさ    |
| 26 | 木 | お弁当   | 牛乳<br>ポテトチップ           | 普通牛乳  | ポテトチップス   |  |        |
| 27 | 金 | 米飯 鯖のカレームニエル<br>野菜サラダ<br>えのきとわかめの味噌汁<br>バナナ               | 牛乳<br>野菜スティック<br>ヨーグルト | まさば・甘みそ・普通牛乳・ヨーグルト                                  | 米・有塩バター・薄力粉・砂糖<br>なたね油・焼きふ・ビスケット<br>ブルーベリージャム                   | レタス・きゅうり・トマト・フロッキー<br>えのきだけ・わかめ・にんじん・たまねぎ<br>バナナ                         | 幼児     |
| 28 | 土 | ピピンパ<br>トマトの中華サラダ<br>なすの味噌汁                               | 牛乳<br>畑のクラッカー          | 牛かた・油揚げ・甘みそ・普通牛乳                                    | 米・なたね油・砂糖・ごま油・ごま<br>オリーブオイル                                     | しょうが・だいずもやし・ほうれん草<br>にんじん・きゅうり・にんじん・トマト・わかめ<br>レタス・なす・たまねぎ・キャベツ<br>ぶなしめじ | 幼児     |
| 30 | 月 | 五目うどん<br>切り干し大根のサラダ<br>鶏しバーの生妻煮<br>オレンジ                   | 牛乳<br>ジャムサンド           | 鶏むね・焼き竹輪・ツナ缶詰・鶏肝臓<br>普通牛乳                           | うどん・マヨネーズ・砂糖・ごま油<br>なたね油・食パン・いちごジャム                             | ほうれん草・生しいたけ・わかめ<br>にんじん・切り干しだいこん・きゅうり・しょうが<br>パレンシアオレンジ                  | 幼児     |
| 1  | 火 | 米飯 筑前煮<br>ほうれん草の白和え<br>かぼちゃの味噌汁                           | 牛乳<br>レモンケーキ           | 鶏もも・焼き竹輪・木綿豆腐・甘みそ<br>油揚げ・普通牛乳・スキムミルク                | 米・砂糖・なたね油・かたくり粉・ごま<br>薄力粉・無塩バター・粉糖                              | ごぼう・にんじん・たけのこ・グリーンピース<br>生しいたけ・れんこん・ほうれん草                                | 幼児     |
| 2  | 水 | 米飯 鯖の塩麹焼き<br>小松菜のごましらす和え<br>豆腐とわかめの味噌汁                    | 牛乳<br>野菜スナック           | 鶏卵・クリーム<br>さわら・しらす干し・木綿豆腐・甘みそ<br>普通牛乳               | 米・塩麹・ごま・砂糖・コーンスナック  | 西洋かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ・レモン<br>ごまつな・キャベツ・にんじん・たまねぎ<br>わかめ                       | おひさま   |
| 3  | 木 | 米飯 赤魚の煮付け<br>チンゲンサイと油揚げの胡麻和え<br>たまねぎの味噌汁 バナナ              | 牛乳<br>豆乳蒸しパン           | あこうたい・油揚げ・甘みそ<br>普通牛乳・豆乳・だいず・スキムミルク                 | 米・砂糖・ごま・オリーブオイル<br>なたね油   | しょうが・チンゲンサイ・りょくとうもやし<br>にんじん・たまねぎ・えのきだけ・キャベツ<br>バナナ                      | 幼児     |

※献立は、都合により変更することがあります。  
 ※延長保育のおやつは、基本は市販のおやつを使用しています。  
 ※早迎えの際の市販のおやつをご希望の方は、給食室に取りに来てください。  
 ※おひさま組は食べやすさによって食材を変更する場合があります。  
 ※おひさま組はお弁当にりんごを入れる場合は、給食と同様に加熱して、  
 喉に詰まりにくい柔らかさにしてください。