



日 曜	献立名	材料名(昼食・午後間食)				間食午前(乳児のみ)	行事
		黄:エネルギーのもとになる	赤:体をつくるもとになる	緑:体の調子を整えるもの	調味料他	間食午後(★手作り)	
① (月)	ごはん チンジャオロース 春雨サラダ 中華スープ	じゃが芋、春雨、ごま、油、砂糖、片栗粉、ごま油、米	飲むヨーグルト、牛肉、かにかまぼこ、わかめ	玉ねぎ、人参、きゅうり、筍、ピーマン、コーン	しょうゆ、酢、酒、鶏がらだし、塩、中華だし、こしょう	牛乳 飲むヨーグルト クラッカー	
② (火)	ごはん 魚の煮付け 切り干し大根のサラダ フルーツ	ホットケーキ粉、じゃが芋、油、砂糖、粉糖、米	牛乳、赤魚、豆腐、ツナ缶、ひじき	バナナ、玉ねぎ、小松菜、人参、切干大根、生姜	しょうゆ、酒、酢	牛乳 牛乳 ★豆腐ドーナツ	
③ (水)	ハンバーガー(ドッグ) きゅうりのピクルス 野菜スープ フライドポテト	じゃが芋、パン粉、マヨドレ、油、砂糖、パン	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、チーズ	キャベツ、玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン	ケチャップ、酢、中華だしの素、塩、ナツメグ、こしょう	牛乳 牛乳 あられ	
④ (木)	ごはん 鶏肉と大豆のつくね ひじきのナムル みそ汁(玉ねぎ・油あげ)	じゃが芋、ホットケーキ粉、砂糖、油、片栗粉、ごま、ごま油、米	かつお節、昆布、鶏ひき肉、大豆水煮、豆腐、牛乳、クリームチーズ、みそ、油揚げ、ひじき	玉ねぎ、もやし、人参、ごぼう、ねぎ、きゅうり、生姜	しょうゆ、酒、酢、みりん、塩	牛乳 ★チーズケーキ	
⑤ (金)	ごはん 豚肉と玉ねぎの炒め物 ごぼうサラダ 春雨スープ	マヨドレ、春雨、油、ごま、米	牛乳、豚肉、ツナ缶	玉ねぎ、ミニトマト、ごぼう、きゅうり、人参、ねぎ、しめじ、にら、生姜、にんにく	しょうゆ、みりん、中華だし、塩	牛乳 牛乳 かりんとう	
⑥ (土)	おにぎり 牛乳	米	牛乳				
⑧ (月)	ごはん ハヤシライス キャベツのおかか和え フルーツ	じゃが芋、油、米	牛乳、牛肉、かつお節	玉ねぎ、オレンジ、人参、キャベツ、小松菜、コーン、グリーンピース	ハヤシルウ、みりん、しょうゆ	牛乳 牛乳 クッキー	
⑨ (火)	ごはん 鮭の味噌バター焼き パスタサラダ 野菜スープ	マカロニ、マヨドレ、砂糖、バター、米	牛乳、鮭、ツナ缶、みそ	バナナ、キャベツ、人参、きゅうり、青梗菜、えのきたけ、しめじ、コーン	ケチャップ、みりん、酒、コンソメ、しょうゆ、塩、こしょう	牛乳 牛乳 ★フルーツ	
10 (水)	スパゲティーミートソース オニオンスープ ゼリー	ミニゼリー、ホットケーキ粉、バター、砂糖、油、小麦粉、スパゲティ	豚ひき肉、牛ひき肉、牛乳、チーズ	玉ねぎ、バナナ、人参、トマト缶、アスパラガス、椎茸、エリンギ、ピーマン、パセリ粉	ケチャップ、酒、しょうゆ、コンソメ、塩	牛乳 ★マフィン	
11 (木)	ごはん 照り焼きチキン チンゲン菜のあえ物 わかめスープ	砂糖、米	牛乳、鶏肉、豆腐、しらす干し、わかめ	青梗菜、玉ねぎ、人参、えのきたけ、コーン、にんにく、生姜	しょうゆ、酒、中華だしの素、塩	牛乳 牛乳 米菓子	
12 (金)	ごはん コロケ ブロッコリーサラダ オニオンスープ	じゃが芋、油、パン粉、小麦粉、ごま、砂糖、米	ヨーグルト、豚ひき肉、牛ひき肉	玉ねぎ、ブロッコリー、人参、豆苗、えのきたけ	ソース、酢、しょうゆ、コンソメ、塩、こしょう	牛乳 ★ヨーグルト	
13 (土)	パン 牛乳	パン	牛乳				
15 (月)	ごはん ビーフカレー カリカリきゅうり	じゃが芋、油、砂糖、ごま油、米	牛肉	人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン、グリーンピース、にんにく、生姜	カレールウ、酢、しょうゆ、塩	牛乳 ビスケット	
16 (火)	ごはん いわしの蒲焼 具だくさんみそ汁	米、じゃが芋、片栗粉、油、ごま、砂糖、米	いわし、豆腐、油揚げ、みそ、煮干し、わかめ	玉ねぎ、ミニトマト、人参、ねぎ、椎茸、生姜	酒、みりん、しょうゆ、塩	牛乳 ★わかめおにぎり	
17 (水)	カレーピラフ 鶏の竜田揚げ もやしサラダ ゼリー	ミニゼリー、片栗粉、油、砂糖、米	牛乳、鶏肉、鶏ひき肉、ウインナー、ちくわ	もやし、玉ねぎ、人参、ミニトマト、コーン、きゅうり、ピーマン、レーズン、にんにく、生姜	ケチャップ、酢、しょうゆ、酒、塩、カレー粉、こしょう	牛乳 牛乳 ★ケーキ	

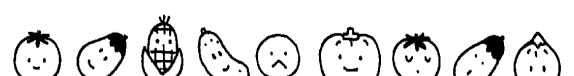
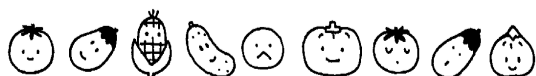
*3歳以上児は副食給食(おかずのみ)です。ご飯が必要な日は日付に○をつけています。

*使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。

*都合により献立を変更することがありますが、ご了承ください。

*園での食事を通じ、こどもたちの「食べる力」の基礎を育むことを大切にしています。旬を楽しみます。

*食事は、主食・主菜・副菜・汁物をバランスよく組み合わせ、間食でも必要な栄養素を補います。





日 曜	献立名	材料名(昼食・午後間食)				間食午前(乳児のみ)	行事
		黄:エネルギーのもとになる	赤:体をつくるもとになる	緑:体の調子を整えるもの	調味料他	間食午後(★手作り)	
18 (木)	ごはん 豚肉のごま揚げ 梅ドレッシングサラダ みそ汁	食パン、片栗粉、油、マヨドレ、ごま、バター、砂糖、米	かつお節、昆布、豚肉、かまぼこ、みそ、ちりめん、油揚げ、青のり	キャベツ、きゅうり、かぼちゃ、人参、玉ねぎ、生姜、梅干し	しょうゆ、酢、みりん、酒	牛乳 ★じゃこトースト	
19 (金)	ごはん 肉じゃが ひじきときゅうりのサラダ フルーツ	じゃが芋、油、砂糖、米	牛乳、牛肉、ツナ缶、ひじき	玉ねぎ、きゅうり、オレンジ、人参、しらたき、コーン、グリーンピース	しょうゆ、酒、みりん、酢、塩、こしょう	牛乳 牛乳 おかき	
20 (土)	ホットドッグ 牛乳	ロールパン、バター	牛乳、ウインナー	キャベツ、人参、玉ねぎ	ケチャップ、塩、こしょう		
22 (月)	ごはん 豚汁 ほうれん草とえのきたけのお浸し フルーツ	じゃが芋、小麦粉、マヨドレ、オリーブ油、米	かつお節、豆腐、豚肉、昆布、油揚げ、牛乳、みそ、煮干し	玉ねぎ、ほうれん草、バナナ、人参、糸こんにゃく、キャベツ、えのきたけ、ごぼう、ねぎ、コーン、かぼちゃ	しょうゆ、みりん	牛乳 ★野菜マフィン	
23 (火)	ごはん さばのみそ煮 小松菜ともやしのごまあえ フルーツ	ごま、砂糖、米	牛乳、鯖、みそ	玉ねぎ、小松菜、オレンジ、もやし、人参、コーン、生姜	酒、みりん、しょうゆ	牛乳 牛乳 せんべい	
24 (水)	ごはん キッズビビンバ スープ(キャベツ・にんじん) フルーツ	ホットケーキ粉、油、砂糖、ごま、グラニュー糖、ごま油、米	豚ひき肉、鶏ひき肉、牛乳	バナナ、人参、もやし、ほうれん草、キャベツ、玉ねぎ、えのきたけ、ねぎ、生姜、にんにく	しょうゆ、酒、コンソメ、鶏がらだし、塩	牛乳 ★メロンパン風クッキー	
25 (木)	ごはん 豆腐のふわふわ揚げ 新ごぼうのきんぴら 麩のすまし汁	片栗粉、パン粉、油、麩、砂糖、ごま油、米	牛乳、かつお節、昆布、豆腐、豚ひき肉、ちくわ、高野豆腐、干しえび	ごぼう、ねぎ、人参、えのきたけ、生姜	ケチャップ、しょうゆ、みりん、塩	牛乳 牛乳 サブレ	
26 (金)	ごはん なすのミートグラタン キャベツのサラダ みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)	じゃが芋、マカロニ、油、パン粉、砂糖、小麦粉、米	かつお節、昆布、豚ひき肉、ツナ缶、チーズ、みそ	玉ねぎ、なす、キャベツ、トマト缶、人参、きゅうり、パセリ粉	ケチャップ、ソース、酢、しょうゆ、コンソメ	牛乳 ウエハース	
27 (土)	パン 牛乳	パン	牛乳				
29 (月)	ごはん 豚肉とじゃがいもの甘辛煮 ブロッコリーのごま和え フルーツ	じゃが芋、ホットケーキ粉、砂糖、バター、ごま、米	豚肉、ヨーグルト、ホイップクリーム、煮干し、牛乳	玉ねぎ、ブロッコリー、オレンジ、人参、グリーンピース、コーン	しょうゆ、酒、みりん	牛乳 ★ヨーグルトケーキ	
30 (火)	ごはん 魚の煮付け 春雨の酢の物 フルーツ	春雨、砂糖、ごま油、米、小麦粉、甘納豆	牛乳、赤魚、かにかまぼこ、きなこ	ミニトマト、玉ねぎ、バナナ、きゅうり、もやし、人参、生姜	しょうゆ、酢、酒、塩	牛乳 牛乳 ★みなづき	



給食年間目標

「楽しく食べてからだの中から元気になろう」

★★★6月のおやつ みなづき★★★

<材料>

- 薄力粉・・・15g
- 砂糖・・・10g
- 水・・・・・・33g
- 甘納豆・・・5g
- きなこ・・・3g
- 砂糖・・・1.5g
- 塩・・・・・・少々

<作り方>

- ①薄力粉と砂糖を混ぜ分量の水を少しづつ加え、耳たぶのかたさくらいになったらよく混ぜ合わせる。残りの水を加える。
- ②容器に①を流す→5分くらいして、下側が固まってきたら、①の残りを上に流し甘納豆を全体にふる。→強火で7~10分蒸す。きなこ、砂糖、塩を合わせふりかける。季節のおやつをよくかんでいただきます!!



「よく噛むことはおいしいことの第一歩」

今月は、噛みごたえのある「ごぼう」や「たけのこ」を献立に入れています。ぜひ、おうちでも「カミカミ」を意識して食事を楽しんでくださいね!

