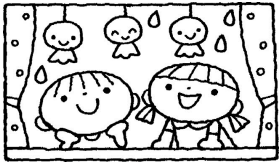


2025年06月



たのしい食事だより



日付	曜日	午前のおやつ (乳児のみ)	お昼の献立	午後のおやつ	材 料 名 ()は乳児のみ			
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
2	月	牛乳 塩せんべい	鶏肉の甘辛丼 みそ汁 ツナサラダ	牛乳 せんべい	(塩せんべい) 米 油 片栗粉 砂糖 せんべい	鶏肉 生揚げ ツナ缶 牛乳	玉ねぎ 人参 えのきたけ みつば キャベツ きゅうり コーン缶	しょうゆ みりん 酒 かつお節(だし) みそ マヨ・ドレ
3	火	牛乳 バナナ	ごはん 白身魚のフライ じゃがいもスープ 付け合せ	カルピス あられ	米 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも あられ	(牛乳) メルルーサ ベーコン カルピス	(バナナ) もやし にら キャベツ きゅうり 人参	ケチャップ ソース コンソメの素 塩 マヨ・ドレ
4	水	りんごジュース チーズ	ゆかりごはん 鶏と糸昆布の煮付 みそ汁 マカロニサラダ	牛乳 △みたらし団子 (乳児：菓子)	米 油 砂糖 マカロニ みたらし団子 (菓子)	(チーズ) 鶏肉 焼きちくわ 油揚げ 牛乳	(りんごジュース) 人参 しいたけ 糸こんにふ グリーンピース 玉ねぎ かいわれ キャベツ きゅうり	ゆかり しょうゆ かつお節(だし) みそ マヨ・ドレ
5	木	ゼリー	ごはん 豚肉ともやしのごま炒め チンゲンサイスープ かぼちゃサラダ	☆フルーツかん	米 ごま油 砂糖	豚肉 ベーコン	(ゼリー) もやし 人参 ピーマン チンゲンサイ コーン缶 かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ もも缶 みかん缶 寒天	中華の素 しょうゆ 塩 マヨ・ドレ
6	金	牛乳 ウエハース	ごはん はんぺんのくず煮 五目汁 切干大根の納豆あえ	牛乳 オレンジ ビスケット	(ウエハース) 米 砂糖 油 片栗粉 じゃがいも ビスケット	はんぺん 鶏肉 生揚げ 納豆 牛乳	人参 こんにゃく 玉ねぎ しめじ かいわれ 切干大根 チンゲンサイ オレンジ	かつお節(だし) しょうゆ みそ
9	月	飲むヨーグルト 塩せんべい	ポークカレー フレンチサラダ パイナップル	りんごジュース チーズ せんべい	(塩せんべい) 米 じゃがいも 油 砂糖 せんべい	(飲むヨーグルト) 豚肉 ハム チーズ	玉ねぎ 人参 グリンピース キャベツ きゅうり パイナップル りんごジュース	カレールウ 酢 塩
10	火	牛乳 オレンジ	ごはん さわらの竜田揚げ みそ汁 付け合せ 粉ふき芋	牛乳 ☆マカロニあべかわ	米 片栗粉 油 じゃがいも マカロニ きな粉	さわら 牛乳	(オレンジ) しょうが 玉ねぎ えのきたけ わかめ キャベツ きゅうり 人参	しょうゆ 酒 かつお節(だし) みそ マヨ・ドレ
11	水	野菜ジュース チーズ	マーボー豆腐丼 中華スープ 中華風あえ	飲むヨーグルト バナナ せんべい	米 油 砂糖 片栗粉 春雨 ごま油 せんべい	(チーズ) 豆腐 豚ミンチ ハム 飲むヨーグルト	(野菜ジュース) 玉ねぎ 人参 ねぎ しょうが しめじ もやし かいわれ キャベツ きゅうり バナナ	みそ しょうゆ 中華の素 塩 酢
12	木	牛乳 ビスケット	ごはん 旨煮 みそ汁 コーンサラダ	牛乳 △鮎菓子	(ビスケット) 米 砂糖 じゃがいも 鮎菓子	鶏肉 生揚げ 油揚げ ハム 牛乳	人参 ごぼう グリンピース 玉ねぎ わかめ キャベツ コーン缶	かつお節(だし) しょうゆ みそ マヨ・ドレ
13	金	牛乳 ウエハース	ごはん 大豆と豚肉のケチャップ煮 春雨スープ パイナップル	牛乳 ポテトスナック	(ウエハース) 米 油 春雨 ポテトスナック	豚肉 大豆 ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 さやいんげん レタス もやし コーン缶 パイナップル	コンソメの素 ケチャップ 塩
16	月	牛乳 ボーロ	豚丼 のっぺい汁 ゆかりあえ メロン	牛乳 野菜かりんとう	(ボーロ) 米 油 砂糖 片栗粉 野菜かりんとう	豚肉 豆腐 油揚げ 牛乳	玉ねぎ みつば えのきたけ あさつき キャベツ きゅうり メロン	かつお節(だし) しょうゆ みりん 酒 塩 ゆかり
17	火	牛乳 ビスケット	ごはん 煮魚 根菜汁 白あえ	牛乳 パイン缶 クラッカー	(ビスケット) 米 砂糖 ごま 小麦粉 油 クラッカー	さば 豆腐 牛乳	しょうが ごぼう 人参 花切干 チンゲンサイ 糸こんにゃく しいたけ パイン缶	酒 しょうゆ みりん かつお節(だし) みそ
18	水	牛乳 オレンジ	ごはん 新じゃがのカレーそばろ煮 みそ汁 ひじきサラダ	牛乳 ☆水ようかん	米 じゃがいも 砂糖 油 ごま こしあん	鶏ミンチ 生揚げ ハム 牛乳	(オレンジ) 玉ねぎ 人参 しいたけ わかめ ひじき きゅうり コーン缶 寒天	カレー粉 しょうゆ かつお節(だし) みそ みりん マヨ・ドレ
19	木	牛乳 塩せんべい	みそかつ丼 かきたま汁 お浸し	牛乳 △ケーキ	(塩せんべい) 米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 片栗粉 ケーキ	豚肉 卵 豆腐 花かつお 牛乳	キャベツ 玉ねぎ かいわれ チンゲンサイ 人参	塩 こしょう みそ かつお節(だし) しょうゆ
20	金	牛乳 バナナ	米粉ロール ビーフシチュー コールスロー ヨーグルト	牛乳 あられ	米粉ロール じゃがいも 油 砂糖 あられ	牛肉 ハム ヨーグルト 牛乳	(バナナ) 玉ねぎ 人参 マッシュルーム キャベツ グリーンピース きゅうり コーン缶	ハヤシルウ 酢 塩
23	月	牛乳 ボーロ	ひじきごはん みそ汁 おかかあえ オレンジ	野菜ジュース せんべい チーズ	(ボーロ) 米 砂糖 じゃがいも 焼麩 せんべい	(牛乳) 鶏肉 油揚げ 花かつお チーズ	ひじき 人参 グリンピース 玉ねぎ さやいんげん キャベツ オレンジ 野菜ジュース	しょうゆ かつお節(だし) みそ
24	火	ヨーグルト	ごはん とんちゃん焼き すまし汁 酢の物	牛乳 ☆茹でとうもろこし	米 油 ごま 砂糖	(ヨーグルト) 豚肉 かまぼこ 牛乳	にんにく しょうが ねぎ 玉ねぎ キャベツ もやし 人参 わかめ きゅうり みかん缶 とうもろこし	しょうゆ みりん かつお節(だし) 酢 塩
25	水	牛乳 バナナ	ちらし寿司 すまし汁 メロン	牛乳 オレンジ ビスケット	米 砂糖 油 片栗粉 ビスケット	卵 さけフレーク 豆腐 牛乳	(バナナ) 人参 しいたけ かんぴょう きゅうり 玉ねぎ みつば メロン オレンジ	こんにふ(だし) 酢 塩 みりん しょうゆ かつお節(だし)
26	木	牛乳 ビスケット	ごはん 白身魚の南蛮漬け じゃがいもスープ スパゲティサラダ	△シャーベット	(ビスケット) 米 砂糖 片栗粉 油 じゃがいも スパゲティ シャーベット	(牛乳) メルルーサ ハム	しょうが 玉ねぎ 人参 ピーマン えのきたけ キャベツ きゅうり	酒 しょうゆ 酢 かつお節(だし) コンソメの素 塩 マヨ・ドレ
27	金	牛乳 オレンジ	ごはん キャベツスープ 八宝菜 ヨーグルト	牛乳 ポテトスナック	米 油 砂糖 片栗粉 ポテトスナック	豚肉 ベーコン ヨーグルト 牛乳	(オレンジ) 人参 もやし ピーマン しいたけ キャベツ パセリ	塩 こしょう しょうゆ 中華の素 酒
30	月	ヨーグルト	しそごはん 炒り鶏 みそ汁 かぼちゃの含め煮	牛乳 クッキー	米 油 砂糖 クッキー	(ヨーグルト) しらす干し 鶏肉 豆腐 牛乳	青しそ こんにゃく 人参 ごぼう しいたけ 玉ねぎ なす かぼちゃ	ゆかり しょうゆ かつお節(だし) みりん みそ
毎	土		塩むすび		米			

毎月19日は「食育の日」
☆ 手作りおやつ
△注文おやつ
(6月は0・1歳児は注文おやつのかわりにお菓子です)

注) B.P=ベーキングパウダー マヨ・ドレ=マヨネーズ風ドレッシング
* 献立表は上記のように予定しておりますが、変更になる場合があります
また、乳児については発達の状態に応じて**材料**が変更になる場合もありますのでご了承ください