

令和4年度6月の献立表

認定こども園たちばな

※印はりす組、ひよこ組は献立カードをご覧ください。

日付	曜日	未満児 10時おやつ	昼 食			3時おやつ	
			主食	副食 献立	材 料 名	献立	材 料 名
1	水	クラッカー・麦茶	ごはん	春巻き・春雨サラダ・りんご・わかめスープ	米・春巻き・油・春雨・きゅうり・人参・ハム・りんご・わかめ・長ねぎ	フルーツゼリー・せんべい	みかん缶・パイン缶・クールゼリーのもと・せんべい ※せんべい→野菜ハイハイせん
2	木	せんべい・麦茶	ごはん	タラのカレー風味焼き・ひじき煮・スティックきゅうり・味噌汁	米・タラのカレー風味・ひじき・豚肉・人参・油揚げ・ちくわ・椎茸・きゅうり・浅漬けのもと・豆腐・なめこ	豆乳ドーナツ・牛乳	豆乳ドーナツ・牛乳 ※米粉のパン
3	金	オレンジゼリー・麦茶	ごはん	鶏の味噌焼き・和風パスタサラダ・チーズ・すまし汁	米・鶏肉・パスタ・きゅうり・人参・ハム・チーズ・小松菜・おふ	メロンパン・牛乳	メロンパン・牛乳 ※食パン
4	土	10時:クラッカー、麦茶 お昼:うどん、スティックきゅうり、オレンジジュース 3時:バナナ、せんべい、麦茶					
6	月	ヨーグルト・麦茶	ごはん	豚肉のマーマレード焼き・野菜のごまあえ・トマト・味噌汁	米・豚肉・マーマレードジャム・もやし・人参・いんげん・すりごま・トマト・なす・玉ねぎ	コーンフレーククッキー・牛乳	ホットケーキミックス・バター・牛乳・砂糖・コーンフレーク・牛乳
7	火	りんご・牛乳	食パン(メープル)	メンチカツ・マセドアンサラダ・枝豆・春雨スープ	食パン・メープル・メンチカツ・油・ソース・じゃがいも・きゅうり・人参・ハム・チーズ・マヨネーズ・スキムミルク・枝豆・春雨・小松菜・コーン	エビピラフ・麦茶	米・えび・玉ねぎ・人参・パセリ・麦茶
8	水	スティックきゅうり・麦茶	ごはん	鮭の味噌バター焼き・肉じゃがが煮・オレンジ・すまし汁	米・鮭の味噌バター・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん・しらたき・オレンジ・ほうれんそう・おふ	かりんとうドーナツ・牛乳	かりんとうドーナツ・牛乳 ※クロワッサン
9	木	ビスケット・麦茶	ごはん	肉団子の酢豚・ブロッコリーのおかかあえ・バナナ・味噌汁	米・肉団子・玉ねぎ・人参・たけのこ・ピーマン・椎茸・ケチャップ・ブロッコリー・おかか・バナナ・もやし・油揚げ	アップルケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・りんご・牛乳・バター・砂糖・卵・牛乳
10	金	卵ボーロ・麦茶	カレーライス	🔪 チーズサラダ・福神漬け 🔪 オレンジジュース	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ・キャベツ・きゅうり・コーン・チーズ・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・福神漬け・オレンジジュース	バウムクーヘン・牛乳	バウムクーヘン・牛乳 ※ロールパン
11	土	10時:ビスケット、麦茶 お昼:🔪 ミートソーススパゲッティ、ブロッコリーのおかかあえ、野菜ジュース 3時:りんごゼリー、せんべい、麦茶					
13	月	せんべい・麦茶	ごはん	鶏の照り焼き・中華ナムル・チーズ・かき玉汁	米・鶏肉・もやし・きゅうり・ほうれんそう・人参・焼豚・チーズ・玉ねぎ・水菜・なると・卵	ツナサンド・牛乳	ロールパン・ツナ・キャベツ・マヨネーズ・スキムミルク・牛乳
14	火	クラッカー・麦茶	ごはん	🔪 ウインナー・ポークビーンズ 🔪 バナナ・もやしのスープ	米・ウインナー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆・豚肉・ケチャップ・カットトマト缶・バナナ・もやし・ニラ	レーズン蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・レーズン・牛乳
15	水	バナナ・牛乳	ロールパン	ハムカツ・ブロッコリーサラダ・トマト・コーンスープ	ロールパン・ハムカツ・油・ソース・ブロッコリー・卵・ハム・カレー粉・マヨネーズ・スキムミルク・トマト・玉ねぎ・コーン・牛乳・シチューミックス	わかめおにぎり・麦茶	米・わかめごはんのもと・麦茶・(梅干し)
16	木	チーズ・麦茶	牛丼	🔪 キャベツの昆布あえ 🔪 りんご・味噌汁	米・牛肉・玉ねぎ・しらたき・キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布・りんご・もやし・油揚げ	ケーキ・牛乳	ケーキ・牛乳 ※果物ゼリー、麦茶
誕生会							
17	金	ビスケット・麦茶	ごはん	🔪 鮭の甘味噌焼き・親子煮 🔪 枝豆・すまし汁	米・鮭の甘味噌漬け・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・いんげん・なると・卵・枝豆・豆腐・水菜	ホットドック・牛乳	ロールパン・ウインナー・ケチャップ・牛乳 ※ケチャップなし
18	土	10時:クラッカー、麦茶 お昼:焼きそば、ほうれんそうのしらすあえ、グレープジュース 3時:オレンジゼリー、せんべい、麦茶					
20	月	卵ボーロ・麦茶	ごはん	豚肉の生姜焼き・バンサンスート・マト・ほうれんそうスープ	米・豚肉・生姜・春雨・きゅうり・人参・ハム・卵・いりごま・マト・ほうれんそう・玉ねぎ	フルーツヨーグルト・せんべい	ヨーグルト・りんご・バナナ・パイン缶・みかん缶・せんべい ※せんべい→Caせんべい
21	火	チーズ・麦茶	スパゲッティ	🔪 ツナサラダ・バナナ 🔪 りんごジュース	パスタ・豚肉・玉ねぎ・人参・カットトマト缶・ケチャップ・キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・マヨネーズ・スキムミルク・バナナ・りんごジュース	クリームパン・牛乳	クリームパン・牛乳 ※米粉のパン
22	水	枝豆・麦茶	食パン(いちご)	タンドリーチキン・パスタサラダ・パイン・ミネストローネ	食パン・いちごジャム・鶏肉・ヨーグルト・カレー粉・にんにく・パスタ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・パイン・キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・セロリ・ハム・カットトマト缶	若菜おにぎり・麦茶	米・若菜ごはんのもと・麦茶・(梅干し)
23	木	ヨーグルト・麦茶	ごはん	ホッケの塩だれ焼き・切り昆布煮・中華きゅうり・味噌汁	米・ホッケの塩だれ・きざみ昆布・人参・椎茸・さつま揚げ・きゅうり・玉ねぎ・ニラ	バナナケーキ・牛乳	ホットケーキミックス・バナナ・牛乳・バター・卵・牛乳
24	金	コーンフレーク・牛乳	ごはん	鶏のからあげ・和風サラダ・トマト・味噌汁	米・鶏肉・にんにく・生姜・油・キャベツ・もやし・きゅうり・ちくわ・わかめ・トマト・なす・玉ねぎ	クラッカーサンド・麦茶	クラッカー・クリームチーズ・ブルーベリージャム・麦茶 ※クラッカー、棒チーズ
25	土	10時:ビスケット、麦茶 お昼:ラーメン、スティックきゅうり、りんごジュース 3時:グレープゼリー、せんべい、麦茶					
27	月	クラッカー・麦茶	ごはん	ミートローフ・いんげんのごまあえ・りんご・キャベツのスープ	米・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・ミックスベジタブル・チーズ・卵・パン粉・ケチャップ・いんげん・すりごま・りんご・キャベツ・ハム	フルーチェ・せんべい	フルーチェ・せんべい ※せんべい→ひじきせん
28	火	せんべい・麦茶	ハヤシライス	🔪 ツナのあえもの 🔪 グレープジュース	米・牛肉・玉ねぎ・マッシュルーム・ハヤシルウ・きゅうり・もやし・キャベツ・人参・ツナ・グレープジュース	付け合わせパン・牛乳	食パン・チョコ・牛乳 ※チョコなし
29	水	りんご・牛乳	クロワッサン	鶏肉のトマトソースがけ・マカロニサラダ・枝豆・シチュー	クロワッサン・鶏肉・玉ねぎ・ケチャップ・マカロニ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・スキムミルク・枝豆・じゃがいも・玉ねぎ・コーン・ハム・牛乳・シチューミックス	焼きそば・麦茶	中華めん・豚肉・もやし・キャベツ・人参・麦茶
30	木	スティックきゅうり・麦茶	ごはん	🔪 マーボー豆腐 🔪 ブロッコリーのおかかあえ 🔪 バナナ・味噌汁	米・豚肉・豆腐・エビ・長ねぎ・ニラ・にんにく・生姜・ブロッコリー・おかか・バナナ・なす・玉ねぎ	チーズ蒸しパン・牛乳	蒸しパンミックス・牛乳・チーズ・牛乳

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。



6月平均栄養価

3歳未満児	エネルギー	559kcal	たんぱく質	17.5g	脂質	18.3g
	カルシウム	208mg	食塩	2.0g		
3歳以上児	エネルギー	578kcal	たんぱく質	18.4g	脂質	19.0g
	カルシウム	212mg	食塩	2.1g		