



6月給食献立表



令和7年度

認定こども園八代保育園

曜日	日	献立名	以上児のみ ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分	エネルギー源	体を作る	体の調子を 整える	調味料	おやつ ★…手作り	未満児(1~2歳児)		
									午前おやつ	午後おやつ	
月	23	ごはん チキンカツ オーロラサラダ 中華スープ	① 486kcal ② 20.1g ③ 12.8g ④ 1.3g	米 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋 マヨネーズ	鶏肉	トマト 人参 きゅうり レタス 小松菜 もやし 長葱 キャベツ	塩 こしょう ケチャップ 中華だし しょうゆ	麦茶 ★シリアル バー	牛乳 クラッカー	麦茶 ★シリアルバー	
火	17	ミートソースパスタ チーズサラダ バナナ	① 460kcal ② 19.7g ③ 13.5g ④ 1.1g	スパゲッティ 油 三温糖 片栗粉	豚肉 チーズ	玉葱 人参 トマト缶 サニーレタス きゅうり レタス バナナ	塩 コンソメ ケチャップ 酢	麦茶 ★蒸しパン	牛乳 卵ボーロ	麦茶 ★蒸しパン	
水	18	ごはん 鶏の海苔マヨ焼き 切干し大根の塩昆布和え オクラの味噌汁	① 456kcal ② 22.7g ③ 9.7g ④ 1.9g	米 マヨネーズ ごま油	鶏肉 青のり 塩昆布 味噌 煮干し	切干し大根 きゅうり キャベツ 人参 もやし オクラ 長葱 大根	塩 酒 和風だし	牛乳 オレンジ おせんべい 小魚	牛乳 クッキー	牛乳 オレンジ おせんべい	
木	19	ロールパン さばのケチャップ和え 春雨サラダ クリームスープ	① 570kcal ② 21.3g ③ 18.4g ④ 1.8g	ロールパン 春雨 三温糖 じゃが芋	さば	玉葱 人参 レタス きゅうり トマト コーン缶 小松菜 キャベツ もやし	ケチャップ 酢 しょうゆ シチュールー	麦茶 ★わかめと おかか おにぎり	牛乳 ウエハース	麦茶 ★わかめとおかかのおにぎり	
金	20	麦ごはん ピーマンカレー カラフル卵焼き 夏野菜サラダ	① 519kcal ② 27.8g ③ 13.4g ④ 2.1g	米 押し麦 じゃが芋 油 三温糖	豚肉 卵 味噌	人参 ピーマン レタス 人参 枝豆 パプリカ きゅうり トマト ヤングコーン	カレールー ソース ケチャップ 酢	★お味噌 ビスケット チーズ	牛乳 パイ	牛乳 チーズ ビスケット	
土	21	ロールパン からあげ 野菜サラダ コンソメスープ	★お誕生日会メニュー(9日) お子様プレート (♪チキンピラフ ♪照り焼きハンバーグ ♪みかんサラダ) おやつ ♪麦茶 ♪あじさいゼリー							牛乳 クッキー	麦茶 果物 ビスケット
月	30	ごはん 豚のスタミナ炒め ごまマヨサラダ 卵スープ	① 388kcal ② 15.9g ③ 11.4g ④ 1.1g	米 油 マヨネーズ じゃがいも 三温糖 ごま	豚肉 卵 味噌	人参 玉葱 キャベツ にら レタス きゅうり トマト 長葱 もやし ほうれん草	しょうゆ 酒 塩 酢 鶏ガラだし	麦茶 ★甲州 かりんとう	牛乳 クラッカー	麦茶 ★甲州かりんとう	
火	24	けんちんうどん 味噌つくね オレンジ	① 394kcal ② 20.9g ③ 15.1g ④ 2.0g	うどん	油揚げ 鶏肉 木綿豆腐 味噌	ごぼう 大根 キャベツ もやし 長葱 人参 玉葱 オレンジ	しょうゆ 和風だし 塩	麦茶 ★簡単 フリト	牛乳 卵ボーロ	麦茶 ★簡単フリト	
水	25	ごはん 赤魚の煮付け ねばねばサラダ わかめスープ	① 378kcal ② 17.9g ③ 5.9g ④ 1.3g	米 ごま油 三温糖	赤魚 納豆 わかめ	きゅうり オクラ なめこ 人参 玉葱 もやし	しょうゆ 酒 塩 和風だし 中華だし	麦茶 ヨーグルト パイ	牛乳 クッキー	麦茶 パイ ヨーグルト	
木	26	12日 わかめごはん 26日 ゆかりごはん 枝豆のポークビーンズ カラフルナムル コンソメスープ	① 405kcal ② 18.3g ③ 12.0g ④ 1.8g	米 ごま油 じゃが芋	豚肉	玉葱 人参 枝豆 トマト缶 きゅうり もやし ヤングコーン 小松菜	ソース ケチャップ 中華だし 塩 コンソメ	麦茶 ★カルシウム トースト	牛乳 ウエハース	麦茶 ★カルシウムトースト	
金	27	麦ごはん 親子煮 チョレギサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	① 518kcal ② 28.3g ③ 9.1g ④ 2.4g	米 押し麦 油 ごま油	鶏肉 卵 海苔 木綿豆腐 わかめ 味噌 煮干し	人参 玉葱 サニーレタス レタス トマト きゅうり もやし 長葱	塩 酒 しょうゆ 中華だし 和風だし	★お味噌 クッキー バナナ 小魚	牛乳 ビスケット	牛乳 バナナ クッキー	
土	28	ロールパン 鮭のあけぼの焼き 野菜サラダ 鶏ガラスープ	★今月のクッキングは梅組「簡単フリト」★ 桃A、桃B「カルシウムトースト」を作ります(以上児さんのみ) 梅組(10日) 桃A(12日) B組(26日) 🌸 マスク、エプロン、三角巾を忘れずに持ってきてください 🌸							牛乳 せんべい	麦茶 ゼリー クッキー

都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

★手作りおやつ

★6月使用の旬の食材…きゅうり・トマト・レタス・ピーマン・ヤングコーン・オクラ

※旬の夏野菜にはビタミンが多く含まれ、身体を冷やし消化を助けるものが多いです

