

2025年6月の予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園

日 曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
			体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
2 月	そばろチャーハン 三色ナムル 中華風スープ フルーツ	いちごジャム サンド	豚肉 ウインナー わかめ 牛乳	米 ごま 食パン いちごジャム	人参 たまねぎ ピーマン もやし きゅうり フルーツ
3 火	からあげ マカロニサラダ ゆかりごはん【米飯】 かぼちゃのみそ汁 フルーツ <b>お誕生日会</b>	あじさいフルーツ ポンチと ビスケット	鶏肉 みそ わかめ 牛乳	片栗粉 マカロニ 米 ごま	生姜 キャベツ 人参 きゅうり かぼちゃ フルーツ パイン缶 みかん缶
4 水	かやくうどん (かやく煮込みうどん) ハッシュドポテト フルーツ	おかかおにぎり	かまぼこ うすあげ わかめ 花かつお 牛乳	うどん じゃがいも 米 ごま	人参 もやし しいたけ フルーツ
5 木	豚肉と厚揚げのみそ煮 七分つきごはん【米飯】 新じゃがのみそ汁	お楽しみ おやつ	豚肉 厚揚げ みそ わかめ 牛乳	春雨 米 じゃがいも	人参 たまねぎ
6 金	クリームシチュー 食パン キャベツとツナのサラダ フルーツ	新たまねぎ クッキー	鶏肉 豆乳 シーチキン 牛乳	米 じゃがいも 食パン ホットケーキミックス	人参 たまねぎ さやいんげん キャベツ きゅうり フルーツ
7 土	運動会				
9 月	カレーピラフ ごま和え【おひたし】 新たまねぎのみそ汁 フルーツ	パンせんべい	牛肉 みそ わかめ ちりめんじゃこ チーズ 牛乳	米 ごま 食パン	人参 たまねぎ ピーマン 小松菜 白菜 フルーツ
10 火	チキンカツ カルシウムサラダ わかめごはん 相性汁 <b>カルシウムデー</b>	ボンデケージョ	鶏肉 チーズ わかめ ベーコン 豆乳 牛乳	パン粉 ごま 米 さつまいも 白米粉 ホットケーキミックス	キャベツ 人参 ほうれん草 たまねぎ
11 水	白身魚のマヨドレ焼き 米飯 和風マヨサラダ 豆腐のすまし汁 フルーツ	鮭おにぎり	白身魚 豆腐 わかめ 鮭 牛乳	米 ごま	キャベツ 人参 きゅうり フルーツ
12 木	筑前煮 米飯 キャベツと厚揚げのみそ汁 フルーツ	きなこマフィン	鶏肉 ちくわ 厚揚げ みそ 豆乳 きなこ 牛乳	じゃがいも 米 ホットケーキミックス	人参 たまねぎ たけのこ こんにゃく さやいんげん キャベツ フルーツ
13 金	ハヤシライス 小松菜とツナの和え物 フルーツ	おかしと ウエハース	豚肉 シーチキン 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ 小松菜 白菜 フルーツ
14 土	ツナマヨロール スティックパン 牛乳 フルーツ	ビスケット	シーチキン 牛乳	ロールパン スティックパン	たまねぎ きゅうり フルーツ
16 月	ひじき炊き込みごはん きんぴらごぼう 豆腐の麩のみそ汁 フルーツ	せんべいと ビスケット	ひじき シーチキン うすあげ 豚肉 豆腐 みそ 牛乳	米 麩	人参 ごぼう しいたけ こんにゃく ピーマン
17 火	ポテトコロッセ ゆかりごはん【米飯】 オーロラサラダ 新たまねぎのみそ汁	豆乳くずもち (せんべい)	豚肉 みそ わかめ 豆乳 きなこ 牛乳	パン粉 じゃがいも 米 ごま 片栗粉	キャベツ きゅうり 人参 たまねぎ
18 水	豚肉と野菜の中華麺 (野菜煮込みうどん) 蒸しシューマイ 焼き春巻き 【かぼちゃの煮物】 フルーツ	わかめおにぎり	豚肉 なると わかめ 牛乳	中華そば ごま 小麦粉 米	人参 もやし 白菜 フルーツ

日 曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
			体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
19 木	ポークカレーライス ドレッシングサラダ フルーツ <b>食育の日</b>	ビスケット	豚肉 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり フルーツ
20 金	すきやき風煮物 ラップおにぎり 新じゃがのみそ汁 フルーツ	フレンチ トースト	牛肉 大豆 豆腐 牛乳 みそ わかめ	米 じゃがいも 食パン	人参 たまねぎ 小松菜 白菜 糸こんにゃく フルーツ
21 土	ミックスサンド スティックパン 牛乳 一口ゼリー	おかし	シーチキン 牛乳	食パン スティックパン	キャベツ きゅうり 人参
23 月	親子どんぶり じゃことわかめの酢の物 かぼちゃのみそ汁	かえる ケーキ	鶏肉 かまぼこ 卵 ちりめんじゃこ みそ わかめ 牛乳	米 片栗粉 ごま 蒸しパン粉	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり かぼちゃ
24 火	ハンバーガー フライドポテト コンソメスープ フルーツ <b>万博料理</b>	ちんすこう	豚肉 ベーコン わかめ 牛乳	パンズ じゃがいも 小麦粉	キャベツ 人参 たまねぎ フルーツ
25 水	メンチカツ わかめごはん【マヨドレサラダ】 ごまドレサラダ 新たま ねぎとうすあげのみそ汁	ぶどうゼリー	豚肉 わかめ みそ うすあげ 牛乳	パン粉 米 ごま	キャベツ きゅうり 人参 たまねぎ
26 木	手羽元のさっぱり煮 麦ごはん【米飯】 土佐和え【おひたし】 豆腐のすまし汁 フルーツ	きなこ おにぎり	鶏肉 花かつお 豆腐 わかめ きなこ 牛乳	米	生姜 小松菜 白菜 フルーツ
27 金	白身魚の照り焼き 米飯 和風マヨポテトサラダ キャベツと厚揚げのみそ汁	バウム クーヘン	白身魚 シーチキン 厚揚げ みそ 牛乳	片栗粉 米 じゃがいも 小麦粉	キャベツ きゅうり 人参
28 土	ミートサンド スティックパン 牛乳 フルーツ	せんべい	豚肉 牛乳	片栗粉 米 じゃがいも 小麦粉	たまねぎ 人参 フルーツ
30 月	夏越ごはん キャベツのゆかり和え 【スチームキャベツ】 豆腐とうすあげのみそ汁	豆腐の パンケーキ	豆腐 うす揚げ みそ 牛乳	米 小麦粉 さつまいも ホットケーキミックス ジャム	人参 たまねぎ さやいんげん キャベツ

( ) 内は基準値

6月平均	エネルギー				
	未満児	3歳以上	たんぱく質	脂質	塩分
	483 (490) Kcal	580 (580) Kcal	17.1 (18.0) g	15.8 (15.0) g	1.4 (1.5) g
			21.3 (21.0) g	19.6 (17.0) g	1.7 (1.6) g

※材料搬入ならびに保育内容や年齢などにより献立が変更されることがあります。  
 ※食物アレルギーなどの対応については主治医の指導に基づいて毎月必ず担任にご相談下さい。  
 ※( )はひよこ組・りす組の献立です。【 】はひよこ組の献立です。

**万博料理**

6月の万博給食は「アメリカ」の「ハンバーガー」を予定しています。  
 ハンバーガーは、日本でも普段からよく食べられているアメリカ料理です。  
 諸説ありますが、一説にはドイツのハンブルグで作られた肉パティを挟んだパンを船乗りたちが  
 アメリカに持ち込んだことが始まりだと言われています。

園では子ども達が自分で具材を挟んでハンバーガーを作っています。  
 次回の万博料理は8月を予定していますので、楽しみにしてください。