

2024年 6月給食献立表

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	土	ウインナーパン 3~5歳はお弁当です。	ウインナー	パン	果物もしくはスープ
3	月	カレーライス マカロニサラダ 果物	豚肉	じゃが芋 マカロニ	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 バナナ
4	火	ご飯 鶏肉の唐揚げと添え野菜 豆腐サラダ 麩の味噌汁	鶏肉 じゃこ 豆腐	米	胡瓜 コーン 玉葱 人参 ほうれん草
5	水	十六穀米 鮭の塩焼きと添え野菜 切り干し大根の煮物 ほうれん草のすまし汁	鮭 うす揚げ	米 十六穀米	ブロッコリー 切り干し大根 人参 いんげん ほうれん草 えのき 人参
6	木	焼きそば 卵焼きと添え野菜 青梗菜のスープ	豚肉 卵	中華麺	キャベツ 玉葱 人参 胡瓜 青梗菜 玉葱 人参
7	金	十六穀米 味噌カツと添え野菜 中華風春雨サラダ えのきのすまし汁	豚肉 卵	米 十六穀米 胡麻 春雨 胡麻	キャベツ 胡瓜 人参 えのき 人参 ほうれん草
8	土	運動会			
10	月	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ほうれん草 ニラ 玉葱 ブロッコリー バナナ
11	火	ご飯 鯖のみそ焼きと胡麻和え エビとニラの卵焼き 豆腐のすまし汁	鯖 エビ 卵 豆腐	米 胡麻	いんげん ニラ えのき 人参 ほうれん草
12	水	十六穀米 チンジャオロース 餃子と添え野菜 わかめスープ	豚肉 ミンチ	米 十六穀米 餃子の皮	筍 人参 ピーマン ニラ 玉葱 コーン わかめ 小松菜 玉葱 人参
13	木	ご飯 カレイの照り焼きと梅和え ポテトサラダ かきたま汁	かれい 卵	米 じゃが芋	梅 小松菜 胡瓜 玉葱 人参 ほうれん草
14	金	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 ちくわの煮物 えのきのスープ	鶏肉 ちくわ	米 十六穀米	キャベツ 大根 人参 いんげん えのき 玉葱 人参 葱
15	土	焼きそばパン 3~5歳はお弁当です。	ウインナー	パン 中華麺	キャベツ 人参 果物もしくはスープ
17	月	ご飯 マーボー豆腐 三色盛り もやしのスープ	豆腐 ミンチ 卵	米 春雨 胡麻	玉葱 人参 筍 椎茸 葱 胡瓜 もやし 玉葱 人参
18	火	渦巻きうどん ちくわの磯部揚げと添え野菜 果物	豚肉 なると ちくわ	うどん	人参 ほうれん草 椎茸 青のり コーン バナナ

中部地方の郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
19	水	ビビンバ丼 じゃこの酢の物 小松菜のスープ	ミンチ じゃこ	米	ほうれん草 人参 わかめ 人参 胡瓜 小松菜 玉葱 人参
20	木	十六穀米 まさご揚げと添え野菜 春雨サラダ わかめのすまし汁	豆腐 ミンチ じゃこ エビ 卵	米 十六穀米 春雨	玉葱 ブロッコリー 胡瓜 わかめ 人参 ほうれん草
21	金	ご飯 鶏肉のマーメレード焼きと添え野菜 ほうれん草の胡麻和え 大根の味噌汁	鶏肉 うす揚げ	米 胡麻	キャベツ マーメレード ほうれん草 人参 大根 玉葱 人参
22	土	お弁当の日(給食はありません)			
24	月	チキンピラフ ひじきの煮物 ほうれん草のスープ	鶏肉 うす揚げ	米	玉葱 人参 グリンピース ひじき 人参 ほうれん草 玉葱 人参
25	火	ご飯 鯖の塩焼きと梅和え 野菜の煮物 麩のすまし汁	鯖 厚揚げ	米	梅 小松菜 大根 人参 人参 ほうれん草 椎茸
26	水	ご飯 肉じゃが レバーの香り揚げと添え野菜 わかめの味噌汁	豚肉 レバー	米 じゃが芋 蒟蒻 胡麻	玉葱 人参 ブロッコリー わかめ 玉葱 人参 小松菜
27	木	ご飯 ハヤシライス シーチキンサラダ 果物	豚肉 シーチキン	米	玉葱 人参 マッシュルーム 胡瓜 人参 オレンジ
28	金	枝豆ごはん 天ぷら 小松菜のゴマ酢和え きのこのすまし汁	ちくわ 鶏肉 うす揚げ	米 胡麻	枝豆 南瓜 いんげん 小松菜 人参 えのき 人参 ほうれん草
29	土	お弁当の日(給食はありません)			

夏

今月の見本はすみれ組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはさくら組さんがします。

エネルギー 512kcal ・ タンパク質 21.8g ・ 脂質 16.3g ・ カルシウム 259mg(3~5歳児)