



献立予定表

日	曜	献立名	献立材料	おやつ
6	月	ご飯 肉団子、シーザーサラダ 南瓜のみそ汁	米、豚肉、玉ねぎ、パン粉、ベーコン、キャベツ、きゅうり、人参、粉チーズ、南瓜、えのき茸、小松菜、みそ	せんべい 牛乳
7	火	ご飯 八宝菜、春雨サラダ 豆腐のみそ汁	米、豚肉、むき海老、白菜、もやし、人参、たけのこ、ピーマン、椎茸、なると、生姜、片栗粉、きゅうり、春雨、ハム、ごま油、豆腐、しめじ、みそ	★蒸しパン 牛乳
8	水	おにぎりの日 魚のみそマヨ焼き 白菜の和え物、けんちん汁	白身魚、みそ、マヨネーズ、あげ、白菜、人参、ごま、鶏肉、木綿豆腐、大根、里芋、ごぼう、ねぎ	ヨーグルト 源氏パイ お茶
9	木	コッペパン コロッケ、パスタサラダ 鶏肉と青菜のスープ	コッペパン、(冷)コロッケ、ソース、ハム、スパゲティ、キャベツ、きゅうり、赤パプリカ、マヨネーズ、鶏肉、小松菜、玉ねぎ、人参、コーン、コンソメ	プチシュークリーム 牛乳
10	金	カレーライス サラダ、みかん	米、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、りんご、カレールウ、ツナ、キャベツ、コーン、みかん	ワッフル 乳酸菌飲
11	土	ミートソーススパゲティ ゼリー	スパゲティ、豚肉、大蒜、トマト水煮、玉ねぎ、人参、コンソメ、粉チーズ、ゼリー	お菓子 乳酸飲料
14	火	バターロールパン 若鶏の竜田揚げ マカロニサラダ、スープ	バターロールパン、鶏肉、生姜、片栗粉、マカロニ、きゅうり、人参、マヨネーズ、春雨、青梗菜、玉ねぎ、えのき茸、コンソメ	★きなこサンド 牛乳
15	水	おにぎりの日 松風焼き、紅白なます フルーツきんとん、澄まし汁	鶏肉、えのき茸、たまねぎ、パン粉、あげ、大根、人参、さつまいも、りんご、かまぼこ、鶏肉、焼き麩、ほうれん草	メロンパン 牛乳
16	木	ミルクロールパン 豚肉の炒め物 さわやか漬け、スープ	ミルクロールパン、豚肉、玉ねぎ、小松菜、しめじ、片栗粉、キャベツ、きゅうり、パイン缶、かにかま、豆腐、ねぎ、椎茸	★たい焼き 牛乳
17	金	ご飯 カレーのから揚げ 和え物、鶏ごぼう汁	米、カレー、生姜、片栗粉、ちくわ、切り干し大根、きゅうり、人参、ごま、ごま油、鶏肉、豆腐、白菜、ごぼう、ねぎ	りんごゼリー ウエハース
18	土	野菜ラーメン ヨーグルト	中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、なると、もやし、キャベツ、ねぎ、生姜、大蒜、中華だし、ヨーグルト	お菓子 乳酸飲料
20	月	ツイストパン メンチカツ ひじき煮、じゃが芋のスープ	ツイストパン、豚肉、玉ねぎ、キャベツ、小麦粉、パン粉、ソース、ひじき、あげ、大豆水煮、白滝、人参、いんげん、じゃが芋、白菜、えのき茸、コンソメ	★フルーチェ お茶
21	火	ご飯 厚焼きたまご 筑前煮、麩のみそ汁	米、卵、ねぎ、かにかま、鶏肉、里芋、蓮根、人参、たけのこ、大根、ごぼう、いんげん、ちくわ、麩、玉ねぎ、ほうれん草、しめじ、みそ	★あげパン 牛乳

★は手作りおやつです。

小丸山認定こども園

日	曜	献立名	献立材料	おやつ
22	水	おにぎりの日 肉じゃが、納豆和え 切り干し大根のみそ汁	豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、白滝、納豆、しらす、焼きのり、ごま、あげ、切り干し大根、小松菜、みそ	★フルーツポンチ お茶
23	木	ご飯 豆腐ハンバーグ 蓮根きんぴら、みそ汁	米、鶏肉、豚肉、玉ねぎ、えのき茸、豆腐、卵、パン粉、片栗粉、さつまあげ、蓮根、白滝、ピーマン、ごま、青梗菜、なめこ、みそ	ヨーグルト せんべい お茶
24	金	オムライス クリームコロッケ サラダ、ポトフスープ	米、ベーコン、人参、玉ねぎ、ケチャップ、卵、きゅうり、ハム、スパゲティー、マヨネーズ、(冷)クリームコロッケ、ウインナー、キャベツ、じゃが芋、コンソメ	ビスコ 乳酸飲料
25	土	肉わかめうどん バナナ	うどん、豚肉、小松菜、人参、玉ねぎ、ねぎ、かまぼこ、あげ、わかめ、バナナ	お菓子 乳酸飲料
27	月	ご飯 肉豆腐、甘酢和え じゃが芋のみそ汁	米、牛肉、豆腐、玉ねぎ、人参、白滝、えのき茸、白菜、ねぎ、かにかま、もやし、きゅうり、みかん缶、わかめ、あげ、じゃが芋、小松菜、みそ	クリームパン 牛乳
28	火	コッペパン 鶏のから揚げ 野菜ソテー、大根のスープ	コッペパン、鶏肉、生姜、大蒜、片栗粉、しらす、ほうれん草、もやし、パプリカ、鰹節、卵、かにかま、大根、青梗菜、コンソメ	★クッキー 牛乳
29	水	おにぎりの日 さばのみそ煮 野菜炒め、澄まし汁	さば、生姜、みそ、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし、人参、ピーマン、豆腐、青梗菜、えのき茸、わかめ	バナナ ビスケット 牛乳
30	木	ミルクロールパン マカロニグラタン サラダ、コンソメスープ	ミルクロールパン、さつま芋、玉ねぎ、ベーコン、バター、小麦粉、牛乳、チーズ、ツナ、ブロッコリー、きゅうり、人参、鶏肉、蕪、しめじ、コンソメ	★ラスク 牛乳
31	金	ご飯 かにかま、ブロッコリー ポテトサラダ、豚汁	米、かにかま、卵、ハム、じゃが芋、きゅうり、人参、マヨネーズ、ブロッコリー、豚肉、豆腐、キャベツ、玉ねぎ、ごぼう、みそ	チーズ蒸しパン 牛乳

* 使用頻度が高い調味料は省略しています。(食塩、胡椒、醤油、砂糖、酢、サラダ油、昆布、鰹、煮干だし)

* 1月献立の平均栄養素(以上児)・・・たんぱく質23g、脂質18.9g、塩分2g、エネルギー554kcal

(未満児)・・・たんぱく質18.4g、脂質15g、塩分1.6g、エネルギー443kcal



* 行事等により献立が変更することがあります。

* 毎週水曜日は「おにぎりの日」です。

※ **おにぎりの具材は傷みやすい食材(ハム、チーズ等)**
は避け、梅干か紫蘇にしてください。

