

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
2 日 月 16 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 肉じゃが煮 ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	やわらかごはん 肉じゃが煮 ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	ごはん ポークカレー ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・きな粉がゆ	牛乳・豆乳もち
	食材		豚肉・ツナ・豆腐 米・じゃが芋・砂糖・片栗粉・人参・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・水菜	豚肉・ツナ・豆腐・きな粉 米・じゃが芋・油・砂糖・片栗粉・人参・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・水菜	豚肉・ツナ・豆腐・牛乳・豆乳・きな粉 米・じゃが芋・油・砂糖・片栗粉・人参・玉ねぎ ケチャップ・キャベツ・きゅうり・水菜
3 日 火 17 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豆腐入りのしどり 野菜の和え物 キャベツの味噌汁	やわらかごはん 豆腐入りのしどり 野菜の和え物 キャベツの味噌汁	ごはん 豆腐入りのしどり 野菜とハムの和え物 キャベツの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・味噌 米・パン粉・砂糖・青のり・もやし きゅうり・人参・キャベツ・水菜	鶏肉・豆腐・味噌 米・パン粉・砂糖・青のり・もやし きゅうり・人参・キャベツ・水菜	鶏肉・豆腐・味噌・ハム・油揚げ・牛乳 米・パン粉・砂糖・ごま油・青のり・もやし きゅうり・人参・キャベツ・水菜
4 日 水 18 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ カレイの煮付け 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	やわらかごはん カレイの煮付け 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	ごはん さばのみそ焼き 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・食パン	牛乳・マヨチーズトースト
	食材		カレイ・味噌・高野豆腐 米・砂糖 ひじき・人参・大根・ほうれん草	カレイ・味噌・高野豆腐 米・砂糖・食パン ひじき・人参・大根・ほうれん草	さば・味噌・高野豆腐・牛乳・粉チーズ 米・砂糖・油・食パン・マヨネーズ ひじき・人参・大根・ほうれん草
5 日 木 19 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
	午前食 		おかゆ 豆腐のソテー 三色野菜のおかか和え わかめとお麴の味噌汁	やわらかごはん 豆腐のソテー 三色野菜のおかか和え わかめとお麴の味噌汁	ごはん はんぺんフライ 三色野菜のおかか和え わかめとお麴の味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・マカロニのくたくた煮	牛乳・マカロニミート
	食材		豆腐・鯉節・味噌 米・麴・小松菜 人参・もやし・わかめ・長ねぎ・玉ねぎ	豆腐・鯉節・味噌 米・麴・マカロニ・小松菜 人参・もやし・わかめ・長ねぎ・玉ねぎ	はんぺん・鯉節・味噌・牛乳・チーズ・豚肉 米・薄力粉・パン粉・油・麴・マカロニ・小松菜 人参・もやし・わかめ・長ねぎ・玉ねぎ・ケチャップ
6 日 金 20 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		あんかけうどん ジャーマンパンプキン 豆腐とわかめのスープ	あんかけうどん ジャーマンパンプキン 豆腐とわかめのスープ	あんかけ焼きそば ジャーマンパンプキン 豆腐とわかめのスープ ひとくちゼリー
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・豆腐・うどん・砂糖 キャベツ・人参・もやし かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ・えのき	豚肉・豆腐・うどん・砂糖 キャベツ・人参・もやし・米 かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ・えのき	豚肉・粉チーズ・豆腐・牛乳・ハム・中華麺・砂糖 ごま油・片栗粉・油・キャベツ・人参・もやし かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ・えのき
7 日 土 21 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		和風焼うどん さつま芋煮 白菜と豆腐のスープ	和風パスタ さつま芋煮 白菜と豆腐のスープ バナナ	和風パスタ さつま芋煮 白菜と豆腐のスープ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		うどん・玉ねぎ・しめじ・えのき・ツナ さつま芋・豆腐・白菜・人参 わかめ・長ねぎ	スパゲティ・玉ねぎ・しめじ・えのき・ツナ 油・さつま芋・豆腐・白菜・人参 わかめ・長ねぎ・バナナ・米	スパゲティ・玉ねぎ・しめじ・えのき・ツナ 油・さつま芋・豆腐・白菜・人参 わかめ・長ねぎ・バナナ
9 日 月 23 日 月	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 豚肉と野菜炒め煮 キャベツとささみのサラダ 玉ねぎのスープ	やわらかごはん チャブチェ キャベツとささみのサラダ 玉ねぎのスープ	ごはん チャブチェ キャベツとささみのサラダ コーンと玉ねぎのスープ
	午後食		ミルク	お茶・おじや	牛乳・菓子
	食材		豚肉・鶏肉・米・砂糖 しめじ・玉ねぎ 人参・キャベツ	豚肉・鶏肉・米・春雨・砂糖 しめじ・玉ねぎ 人参・キャベツ	豚肉・鶏肉・卵・牛乳・米・春雨・砂糖 ごま油・ごま・マヨネーズ・しめじ・にら・玉ねぎ 人参・キャベツ・コーン

日付 曜		5～6ヶ月	7～8ヶ月	9～11ヶ月	12～15ヶ月
10 日 火	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
24 日 火	午前食 		おかゆ 鮭の甘辛煮 フレンチポテトサラダ コンソメスープ	やわらかごはん 鮭の甘辛煮 フレンチポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 鮭のカレームニエル フレンチポテトサラダ コンソメスープ
	午後食		ミルク	お茶・豆腐がゆ	牛乳・クラッカー・ジャムサンド
	食材		鮭・米 じゃが芋・砂糖・人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ	鮭・米・豆腐 じゃが芋・砂糖・人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ	鮭・ハム・チーズ・牛乳・米・薄力粉 油・バター・じゃが芋・砂糖・人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ・ジャム
11 日 水	朝おやつ		お茶	お茶	ヨーグルト
25 日 水	午前食 		おかゆ 照り焼きチキン 小松菜の白和え もやしときのこの味噌汁	やわらかごはん 照り焼きチキン 小松菜の白和え もやしときのこの味噌汁	ごはん 照り焼きチキン 小松菜の白和え もやしと油揚げの味噌汁
	午後食		ミルク	お茶・おじゃ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・豆腐・味噌 米・砂糖・小松菜 人参・もやし・しめじ・小ねぎ	鶏肉・豆腐・味噌 米・砂糖・小松菜 人参・もやし・しめじ・小ねぎ	鶏肉・豆腐・油揚げ・味噌・ヨーグルト 牛乳・米・油・ごま・砂糖・小松菜 人参・もやし・しめじ・小ねぎ
12 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・チーズ
30 日 月	午前食 		おかゆ 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 ブロッコリーサラダ わかめと水菜のすまし汁	やわらかごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 ブロッコリーサラダ わかめと水菜のすまし汁	ごはん 豚肉と玉ねぎの甘辛煮 れんこんのサラダ わかめと水菜のすまし汁
	午後食		ミルク	お茶・青のりがゆ	牛乳・バナナ入り蒸しパン
	食材		豚肉・豆腐・ツナ 米・砂糖 玉ねぎ・しめじ・きゅうり・ブロッコリー・わかめ・水菜	豚肉・豆腐・ツナ・青のり 米・油・砂糖 玉ねぎ・しめじ・れんこん・きゅうり・ブロッコリー・わかめ・水菜	豚肉・豆腐・かまぼこ・ツナ・牛乳・チーズ 米・油・砂糖・マヨネーズ・ごま・H/M・バナナ 玉ねぎ・しめじ・れんこん・きゅうり・ブロッコリー・わかめ・水菜
13 日 金	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
27 日 金	午前食 		肉うどん 豆腐と野菜の炒め煮	肉うどん 豆腐と野菜の炒め煮 バナナ	肉うどん 揚げ豆腐 バナナ
	午後食		ミルク	お茶・じゃが芋入りがゆ	牛乳・青のりフライドポテト
	食材		豚肉・豆腐・鶏肉・うどん 砂糖・大根 人参・小松菜・長ねぎ・ひじき・椎茸	豚肉・豆腐・鶏肉・うどん・米 砂糖・じゃが芋・大根 人参・小松菜・長ねぎ・ひじき・椎茸・青のり・バナナ	豚肉・豆腐・鶏肉・いんげん・卵・牛乳・うどん 油・砂糖・じゃが芋・大根 人参・小松菜・長ねぎ・ひじき・椎茸・青のり・バナナ
14 日 土	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
28 日 土	午前食 		鶏そぼろがゆ 粉ふき芋 わかめスープ	鶏そぼろがゆ 粉ふき芋 わかめスープ バナナ	鶏そぼろ丼 粉ふき芋 わかめスープ バナナ
	午後食		ミルク	お茶・おじゃ	牛乳・菓子
	食材		鶏肉・米・砂糖・じゃが芋 人参・玉ねぎ・青のり・わかめ	鶏肉・米・砂糖・じゃが芋 人参・玉ねぎ・青のり・わかめ・バナナ	鶏肉・牛乳・米・砂糖・じゃが芋・ごま 人参・玉ねぎ・青のり・わかめ・バナナ
26 日 木	朝おやつ		お茶	お茶	牛乳・菓子
	午前食 		おかゆ 鶏肉の照り煮 ブロッコリーの和え物 きのこ汁	やわらかごはん 鶏肉の照り煮 ブロッコリーの和え物 きのこ汁	ごはん チキン南蛮 ブロッコリーのごま和え きのこ汁
	午後食		ミルク	お茶・チーズがゆ	牛乳・チーズケーキ
	食材		鶏肉・豆腐・味噌・長ねぎ 米・砂糖・しめじ 玉ねぎ・ブロッコリー・人参・えのき・舞茸	鶏肉・豆腐・味噌・長ねぎ 米・砂糖・チーズ・しめじ 玉ねぎ・ブロッコリー・人参・えのき・舞茸	鶏肉・卵・豆腐・味噌・牛乳・クリームチーズ・長ねぎ・レモン果汁・しめじ 生クリーム・米・薄力粉・油・マヨネーズ・砂糖 ごま・ごま油・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・コーン・えのき・舞茸

	午前 おやつ	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
2 日 月 16 日 月	牛乳 菓子	ごはん	ポークカレー ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 豆乳もち	ぶたにく ぎゅうにゅう つな きなこ とうふ とうにゅう	こめ かつくりこ じゃがいも あぶら さとう	にんじん きゃべつ たまねぎ きゅうり けちゃつぷ みずな	515kcal たんぱく質 脂: 20.3g 塩: 1.6g
3 日 火 17 日 火	牛乳 菓子	ごはん	豆腐入りのしどり 野菜とハムの和え物 キャベツの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう とうふ みそ はむ	こめ ばんこ さとう こまあぶら	あおのり きゃべつ もやし みずな きゅうり にんじん	479kcal たんぱく質 脂: 17.0g 塩: 1.8g
4 日 水 18 日 水	牛乳 菓子	ごはん	さばのみそ焼き 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	牛乳 マヨチーズトースト	さば こなちーず みそ こうやどうふ ぎゅうにゅう	こめ まよねーず さとう あぶら しょくばん	ひじき にんじん だいこん ほうれんそう	464kcal たんぱく質 脂: 20.4g 塩: 1.5g
5 日 木 19 日 木	牛乳 チーズ	ごはん	はんぺんフライ 三色野菜のおかか和え わかめとお麴の味噌汁	牛乳 マカロニミート	はんぺん ぎゅうにゅう ぶたにく ちーず かつおぶし みそ	こめ ふ はくりきこ まかうに ばんこ あぶら	こまつな ながねぎ にんじん たまねぎ もやし けちゃつぷ わかめ	463kcal たんぱく質 脂: 15.3g 塩: 2.1g
6 日 金 20 日 金	牛乳 菓子	あんかけ やきそば	ジャーマンパンプキン 豆腐とわかめのスープ ひとくちゼリー	牛乳 菓子	ぶたにく ベーこん とうふ かまぼこ ぎゅうにゅう こなちーず	ちゅうかめん あぶら さとう こまあぶら かつくりこ	はくさい かぼちゃ にんじん たまねぎ わかめ えのき	488kcal たんぱく質 脂: 17.8g 塩: 1.6g
7 日 土 21 日 土	牛乳 菓子	和風パスタ	さつま芋煮 白菜と豆腐のスープ バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	すばけてい あぶら さつまいも さとう	えのき はくさい しめじ えのき たまねぎ にんじん ばなな ながねぎ	449kcal たんぱく質 脂: 13.7g 塩: 1.2g
9 日 月 23 日 月	牛乳 菓子	ごはん	チャプチェ キャベツとささみのサラダ コーンと卵のスープ	牛乳 菓子	ぶたにく ささみ たまご ぎゅうにゅう	こめ ごま はるさめ まよねーず さとう こまあぶら	もやし きゃべつ にら こーん たまねぎ にんじん	496kcal たんぱく質 脂: 17.5g 塩: 1.0g
10 日 火 24 日 火	牛乳 菓子	ごはん	鮭のカレーニエル フレンチポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	さけ はむ ちーず ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はくりきこ さとう あぶら ばたー	にんじん じゃむ きゅうり きゃべつ たまねぎ	478kcal たんぱく質 脂: 18.2g 塩: 1.4g
11 日 水 25 日 水	ヨーグルト	ごはん	照り焼きチキン 小松菜の白和え もやしと油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく よーぐると とうふ ぎゅうにゅう あぶらあげ みそ	こめ あぶら ごま さとう	こまつな こねぎ にんじん もやし しめじ	441kcal たんぱく質 脂: 15.1g 塩: 1.4g
12 日 木 30 日 月	牛乳 チーズ	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 れんこんのサラダ わかめと水菜のすまし汁	牛乳 バナナ入り蒸しパン	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ ちーず かまぼこ とうにゅう つな	こめ まよねーず しらたき H/M あぶら さとう	たまねぎ ぶろっこりー しめじ わかめ れんこん みずな きゅうり ばなな	510kcal たんぱく質 脂: 21.7g 塩: 1.5g
13 日 金 27 日 金	牛乳 菓子	肉うどん	擬製豆腐 バナナ	牛乳 青のりフライドポテト	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ とりにく たまご	うどん あぶら さとう じゃがいも	だいこん ひじき・ばなな にんじん しいたけ こまつな いんげん ながねぎ あおのり	435kcal たんぱく質 脂: 18.5g 塩: 1.5g
14 日 土 28 日 土	牛乳 菓子	鶏そぼろ丼	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも ごま	にんじん ばなな たまねぎ あおのり わかめ	458kcal たんぱく質 脂: 13.2g 塩: 1.4g
26 日 木 	牛乳 菓子	ゆかりごはん	チキン南蛮 ブロッコリーのごま和え きのこ汁	麦茶 チーズケーキ	とりにく <りーむ>ちーず とうふ なまくりーむ みそ たまご ぎゅうにゅう	こめ さとう はくりきこ ごま あぶら こまあぶら まよねーず	たまねぎ えのき・しめじ ぶろっこりー まいたけ にんじん ながねぎ こーん れもんじる	515kcal たんぱく質 脂: 23.5g 塩: 1.3g

⇒その他連絡事項



- ・献立を変更する場合があります。ご了承ください。
- ・26日(木)にレモン果汁がチーズケーキに入ります。また、ゆかりふりかけがご飯にかかります。食べた事がない方は、試してみてください。

今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
474kcal	19.6g	17.5g	1.4g

2025年 6月 給食献立表 (幼児)

	主食	昼食	3時 おやつ	血や肉や骨 となる 赤の食品	熱や力 となる 黄の食品	体の調子を 整える 緑の食品	エネルギー たんぱく質 脂質・食塩
2 日 月 16 日 月	ごはん	ポークカレー ツナサラダ 豆腐と水菜のすまし汁	牛乳 豆乳もち	ぶたにく ぎゅうにゅう つな きなこ とうふ とうにゅう	こめ かたくりこ じゃがいも あぶら さとう	にんじん きゃべつ たまねぎ きゅうり けちゃっぶ みすな	575kcal 20.1g 脂: 22.0g 塩: 2.1g
3 日 火 17 日 火	ごはん	豆腐入りのしどり 野菜とハムの和え物 キャベツの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう とうふ みそ はむ	こめ ばんこ さとう ごまあぶら	あおのり きゃべつ もやし みすな きゅうり にんじん	521kcal 21.0g 脂: 17.1g 塩: 1.9g
4 日 水 18 日 水	ごはん	さばのみそ焼き 高野豆腐入りひじき煮 大根と青菜のすまし汁	牛乳 マヨチーズトースト	さば こなちーず みそ こうやどうふ ぎゅうにゅう	こめ まよねーず さとう あぶら しょくばん	ひじき にんじん だいこん ほうれんそう	503kcal 23.4g 脂: 21.0g 塩: 1.8g
5 日 木 19 日 木	ごはん	はんぺんフライ 三色野菜のおかか和え わかめとお麴の味噌汁	牛乳 マカロニミート	はんぺん ぎゅうにゅう ぶたにく かつおぶし みそ	こめ ふ はくりきこ まかろに ばんこ あぶら	こまつな ながねぎ にんじん たまねぎ もやし けちゃっぶ わかめ	494kcal 20.6g 脂: 13.0g 塩: 2.3g
6 日 金 20 日 金	あんかけ やしそば	ジャーマンパンプキン 豆腐とわかめのスープ ひとくちゼリー	牛乳 菓子	ぶたにく ベーこん とうふ かまぼこ ぎゅうにゅう こなちーず	ちゅうかめん あぶら さとう ごまあぶら かたくりこ	はくさい かぼちゃ にんじん たまねぎ わかめ えのき	535kcal 20.0g 脂: 19.2g 塩: 2.2g
7 日 土 21 日 土	和風パスタ	さつま芋煮 白菜と豆腐のスープ バナナ	牛乳 菓子	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	すばてい あぶら さつまいも さとう	えのき はくさい しめじ えのき たまねぎ にんじん ばなな ながねぎ	495kcal 17.3g 脂: 14.3g 塩: 1.4g
9 日 月 23 日 月	ごはん	チャプチェ キャベツとささみのサラダ コーンと卵のスープ	牛乳 菓子	ぶたにく ささみ たまご ぎゅうにゅう	こめ ごま はるさめ まよねーず さとう ごまあぶら	もやし きゃべつ にら こーん たまねぎ にんじん	552kcal 22.2g 脂: 18.8g 塩: 1.4g
10 日 火 24 日 火	ごはん	鮭のカレーニエル フレンチポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	さけ はむ ちーず ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも はくりきこ さとう あぶら ばたー	にんじん じゃむ きゅうり きゃべつ たまねぎ	520kcal 23.1g 脂: 18.2g 塩: 1.6g
11 日 水 25 日 水	ごはん	照り焼きチキン 小松菜の白和え もやしと油揚げの味噌汁	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう とうふ あぶらあげ みそ	こめ あぶら ごま さとう	こまつな こねぎ にんじん もやし しめじ	510kcal 23.7g 脂: 16.8g 塩: 1.7g
12 日 木 30 日 月	ごはん	豚肉と玉ねぎの甘辛煮 れんこんのサラダ わかめと水菜のすまし汁	牛乳 バナナ入り蒸しパン	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ とうにゅう かまぼこ つな	こめ まよねーず しらたき H/M あぶら さとう	たまねぎ ぶろっこりー しめじ わかめ れんこん みすな きゅうり ばなな	553kcal 22.4g 脂: 21.1g 塩: 1.5g
13 日 金 27 日 金	肉うどん	擬製豆腐 バナナ	牛乳 青のりフライドポテト	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ とりにく たまご	うどん あぶら さとう じゃがいも	だいこん ひきき・ばな にんじん しいたけ こまつな いんげん ながねぎ あおのり	474kcal 24.4g 脂: 20.2g 塩: 1.8g
14 日 土 28 日 土	鶏そぼろ丼	粉ふき芋 わかめスープ バナナ	牛乳 菓子	とりにく ぎゅうにゅう	こめ さとう じゃがいも ごま	にんじん ばなな たまねぎ あおのり わかめ	503kcal 16.7g 脂: 13.6g 塩: 1.6g
26 日 木 	ゆかりごはん	チキン南蛮 ブロッコリーのごま和え きのこ汁	麦茶 チーズケーキ	とりにく クリーミーチーず とうふ なまくりーむ みそ たまご	こめ さとう はくりきこ ごま あぶら ごまあぶら まよねーず	たまねぎ えのき・しめじ ぶろっこりー まいたけ にんじん ながねぎ こーん れもんじる	552kcal 24.1g 脂: 23.7g 塩: 1.7g

⇒その他連絡事項

- ・献立を変更する場合があります。ご了承ください。
 - ・26日(木)にレモン果汁がチーズケーキに入ります。
- また、ゆかりふりかけがご飯にかかります。
- 食べた事がない方は、試してみてください。



今月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
521kcal	21.5g	18.1g	1.7g