

6月 給食献立表

令和 6年

博愛保育園

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	三歳以上児 玉ねぎ平均 量	三歳未満児 玉ねぎ平均 量
3	月	《虫歯予防給食》 ご飯 ししゃものフライ 切干大根とひじきの炒め煮 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 じゃこチーズトースト	・ししゃも生干し・生揚げ ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳・しらす干し ・フロセスチーズ	・精白米・大ぶら粉・パン粉 ・調合油・三温糖 ・お子様せんべい・食パン	・切干したいこん・乾ひじき ・にんじん・さやいんげん・なめこ ・青ねぎ	568kcal 2.2g	486kcal 1.6g
4	火	ごはん キャベツのミンチカツ ひじきの豆煮 玉ねぎとさつま芋の味噌汁	牛乳 蒸し人参 牛乳 パナナのスティックケー キ	・キャベツのミンチカツ ・大豆水煮缶詰・油揚げ ・普通牛乳・しらす干し ・焼き竹輪・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・調合油・三温糖 ・さつまいも ・お米でパナナのスティックケー キ	・乾ひじき・たまねぎ・青ねぎ ・にんじん	630kcal 1.6g	522kcal 1.3g
5	水	ナポリタンスパゲティ きゅうりとツナの酢の物 りんご	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 五平餅	・ウインナーソーセージ ・まぐろの油漬缶詰 ・普通牛乳・淡色辛みそ	・マカロニ・スパゲティ ・調合油・三温糖・精白米 ・いりこま	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・トマトケチャップ・きゅうり ・冷凍コーン・カットわかめ・りん ご・冷凍くりかぼちゃ	518kcal 1.4g	439kcal 1.1g
6	木	ご飯 鮭のカレー照り焼き 春雨サラダ 白菜とあけの味噌汁	牛乳 ふかし芋 牛乳 にんじんケーキ	・さんざげ・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・薄力粉・三温糖 ・はるさめ・マヨネーズ ・さつまいも ・米粉パウダー パンケーキ用 ・なたね油	・にんじん・きゅうり・冷凍コーン ・はくさい・青ねぎ	600kcal 1.7g	512kcal 1.4g
7	金	豆ごはん 豚肉とごぼうの卵とじ煮 ブロッコリーのごま酢和え オレンジ	牛乳 蒸し人参 牛乳 マカロニきな粉	・ふたもも肉・鶏卵 ・普通牛乳・きな粉	・精白米・三温糖・いりこま ・マカロニ・スパゲティ	・まこんぶ・グリーンピース・ごぼう ・たまねぎ・ブロッコリー ・オレンジ・にんじん	507kcal 1.3g	418kcal 1.0g
8	土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 星食べよ	・普通牛乳	・お子様せんべい・星たべよ			
10	月	ごはん さばの味噌煮 いんげんとささみのごま和え えのきと玉ねぎのすまし汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ジャムサンド	・さば・淡色辛みそ ・若鶏ささ身・普通牛乳	・精白米・三温糖・いりこま ・お子様せんべい・食パン	・しょうが・さやいんげん・にんじ ん ・玉ねぎ・えのきだけ・青ねぎ ・いちごジャム	497kcal 1.6g	436kcal 1.2g
11	火	マーボー丼 小松菜の中華風サラダ ソファール元氣ヨーグルト	牛乳 蒸し人参 牛乳 パナナスコーン	・木綿豆腐・ふたひき肉 ・淡色辛みそ・ソファール ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・調合油・三温糖 ・片栗粉・ごま油 ・米粉パウダー パンケーキ用	・にら・小松菜・カットわかめ ・きゅうり・にんじん・バナナ	625kcal 1.0g	514kcal 0.8g
12	水	ご飯 アジのから揚げ なすの煮物 じゃが芋の味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 マリービスケット	・あじ・生揚げ・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・片栗粉・調合油 ・三温糖・じゃがいも ・ビスケット	・なす・にんじん・たまねぎ ・冷凍くりかぼちゃ	548kcal 1.6g	458kcal 1.2g
13	木	味噌肉うどん コーンサラダ バナナ	牛乳 ふかし芋 牛乳 チャーハン	・ふたもも肉・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・ふたもも	・ゆでうどん・調合油・ごま油 ・いりこま・さつまいも ・精白米	・冷凍くりかぼちゃ・長ねぎ ・はくさい・にんじん・冷凍コーン ・キャベツ・バナナ・たまねぎ	515kcal 1.5g	454kcal 1.2g
14	金	大豆入りシーチキンカレー ひじきとブロッコリーのサラダ パイン缶	牛乳 蒸し人参 牛乳 いちごのスティックケー キ	・まぐろの油漬缶詰 ・大豆水煮缶詰・普通牛乳	・精白米・じゃがいも・調合油 ・カレールウ・マヨネーズ ・お米でイチゴのスティックケー キ	・たまねぎ・トマトケチャップ ・乾ひじき・冷凍コーン ・パインアップル缶詰・にんじん ・ブロッコリー	499kcal 1.8g	404kcal 1.3g
17	月	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き ひじきの豆煮 麩とえのきのすまし汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 あずき入り蒸しパン	・若鶏もも肉・淡色辛みそ ・大豆水煮缶詰・油揚げ ・焼き竹輪・普通牛乳 ・調整豆乳・ゆで小豆缶詰	・精白米・いりこま・三温糖 ・お子様せんべい ・米粉パウダー パンケーキ用 ・調合油	・乾ひじき・にんじん・えのきだけ ・青ねぎ	586kcal 1.6g	500kcal 1.2g
18	火	ご飯 赤魚の煮つけ 五目きんぴら 豆腐とあけの味噌汁	牛乳 ベビーせんべい 牛乳 たい焼き	・あかつお・牛もも ・木綿豆腐・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・三温糖・しらたき ・調合油 ・アンパンマンベビーせんべい ・たい焼き	・しょうが・ごぼう・にんじん ・さやいんげん・青ねぎ	613kcal 1.7g	495kcal 1.3g
19	水	《食育の日給食》 ちらしずし 海のおかず 海老カツ オレンジ	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 ラスク	・しらす干し ・蒸しかまぼこ・凍り豆腐 ・グリーンピース・錦糸卵 ・でんぷ ・海のおかず 海老カツ	・精白米・三温糖・調合油 ・フランスパン・有塩バター ・グラニュー糖	・にんじん・乾しいだけ・オレンジ ・冷凍くりかぼちゃ	561kcal 2.4g	497kcal 1.9g
20	木	ご飯 あじの塩焼き パンパンシーサラダ じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	牛乳 ふかし芋 牛乳 にんじんケーキ	・あじ・若鶏ささ身 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・はるさめ ・和風醤油こまドレッシング ・じゃがいも・さつまいも ・米粉パウダー パンケーキ用 ・なたね油	・にんじん・きゅうり・レタス ・玉ねぎ・青ねぎ	525kcal 1.1g	464kcal 0.9g
21	金	ご飯 ミートボール ブロッコリーのごま酢和え 豆乳スープ	牛乳 蒸し人参 牛乳 毎日ドリブシヨーグルト 3歳以上児：ぼんごめパー 3歳未満児：カルシウムせん	・ミートボール・調整豆乳 ・普通牛乳 ・毎日ドリブシヨーグルト	・精白米・いりこま・三温糖 ・ぼんごめパー ・カルシウムせんべい	・ブロッコリー・たまねぎ・ごま 油・冷凍くりかぼちゃ・にんじん	471kcal 0.8g	427kcal 0.6g
22	土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 星食べよ	・普通牛乳	・お子様せんべい・星たべよ			
24	月	ごはん 鮭のムニエル 切干大根の煮物 五目味噌汁	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ハニーパン	・さんざげ・焼き竹輪 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・薄力粉・有塩バター ・三温糖・お子様せんべい ・食パン・はちみつ	・切干したいこん・にんじん ・玉ねぎ・ごぼう・青ねぎ ・さつま芋	569kcal 1.6g	499kcal 1.2g
25	火	ソース焼きそば 根菜と水菜の胡麻和え りんご	牛乳 蒸し人参 牛乳 ホットドック	・ふたもも肉・普通牛乳 ・ウインナーソーセージ	・中華めん・調合油・いりこま ・三温糖・コッパン	・キャベツ・たまねぎ ・りよくとうもろこし・青ピーマン ・みずな・ごぼう・かぶ・りんご ・にんじん・トマトケチャップ ・ねぎ	563kcal 2.0g	452kcal 1.5g
26	水	ひじきごはん 鯖の塩焼き 大豆サラダ なすと玉ねぎの味噌汁	牛乳 ベビーせんべい 牛乳 パナナのヨーグルト和え	・油揚げ・さば ・大豆水煮缶詰 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・プレーンヨーグルト	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・アンパンマンベビーせんべい	・にんじん・乾しいだけ・乾ひじき ・キャベツ・きゅうり・レタス ・なす・たまねぎ・みかん缶詰 ・パインアップル缶詰・バナナ	587kcal 1.6g	497kcal 1.2g
27	木	ゆかりご飯 豆腐の肉みそグラタン きゅうりのごま酢和え みかん缶	牛乳 ふかし芋 牛乳 人参フレンチトースト	・木綿豆腐・ふたひき肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・三温糖・マヨネーズ ・いりこま・さつまいも ・食パン・有塩バター	・ゆかり(いりかけ)・しその葉 ・キャベツ・にんじん・きゅうり ・みかん缶詰	556kcal 1.4g	482kcal 1.1g
28	金	《お誕生日給食》 赤飯 鶏肉のノルウェー風 ポテトサラダ わかめスープ	牛乳 蒸し人参 牛乳 プチケーキ	・あずき・若鶏もも肉 ・ロースハム・普通牛乳 ・ホイップクリーム	・精白米・もち米・ごま ・片栗粉・調合油・三温糖 ・じゃがいも・マヨネーズ ・カスタード	・トマトケチャップ・きゅうり ・レタス・カットわかめ・たまねぎ ・にんじん・みかん缶詰	675kcal 1.3g	531kcal 1.0g
29	土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 星食べよ	・普通牛乳	・お子様せんべい・星たべよ			

※おやつは上段が午前のおやつです。下段が午後のおやつになります。午前のおやつは3歳未満児までになります。
 ※園で使用しているハム・ベーコン・ちくわ・かまぼこ・さつま揚げ・かにかまぼこ・てんぷら粉・ホイップクリーム・コッパンには、卵・乳・乳製品が含まれない食品を使用
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。
 ※ご質問等がありましたらお気軽にお問い合わせください。