

2025年



6月予定献立表



げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび		どうようび	
2日	476kcal	3日	464kcal	4日	537kcal	5日	520kcal	6日	467kcal	7日	475kcal
ごはん クリスマスチキン 豆腐チャンプル ポテトサラダ 雷汁 鶏肉・コーンフレーク・豆腐・人参・キャベツ・ピーマン・じゃが芋・コーン・胡瓜		ごはん 魚の焼き浸し しぎなす コロコロサラダ ポトフ 鮭・大根・合挽肉・茄子・ピーマン・胡麻・トマト・胡瓜・チーズ		ごはん すき焼き風肉豆腐 ブロッコリーと牛蒡のマヨ和え バナナ 中華スープ 牛肉・豆腐・しめじ・白菜・ブロッコリー・牛蒡・人参・ツナ・バナナ		ジャージャー麺 ポパイサラダ 豆腐のすまし汁 中華麺・合挽肉・玉葱・茄子・人参・ほうれん草・ベーコン・コーン・ひじき・豆腐		ごはん いわしチーズバーグ トマトソース のり塩ポテト ハンサンスー 豚汁 鰯・豆腐・チーズ・トマト缶・じゃが芋・春雨・胡瓜・人参・もやし・しらす・豚肉		チキンドリア風 胡瓜とえのきのごま酢 鶏肉・玉葱・コーン・ブロッコリー・牛乳・チーズ・胡瓜・えのき・胡麻	
♡おやつ♡ マカロニきなこ		♡おやつ♡ ヨーグルト		♡おやつ♡ サクサククッキー		♡おやつ♡ しらすとわかめのおにぎり		♡おやつ♡ フルーツポンチ		♡おやつ♡ きなこ棒	
9日	528kcal	10日	525kcal	11日	516kcal	12日	481kcal	13日	471kcal	14日	504kcal
ごはん 青菜の肉ケチャ炒め 高野豆腐のみたらし風 しらす和え 中華スープ 豚肉・小松菜・コーン・高野豆腐・胡瓜・人参・キャベツ・しらす		ごはん 魚の青のりパン粉焼き 肉じゃが 納豆和え コーンスープ 白身魚・合挽肉・じゃが芋・人参・玉葱・納豆・小松菜・白菜・塩昆布・コーン・牛乳		ドライカレーライス ほうれん草のナムル すいか そうめん汁 合挽肉・玉葱・人参・ピーマン・ほうれん草・もやし・胡麻・すいか・素麺		ごはん 魚の和風あんかけ 切干大根のナポリタン風 わかめサラダ さつま汁 鮭・玉葱・しめじ・切干大根・ピーマン・ウインナー・コーン・ツナ・わかめ・キャベツ・もやし・胡麻・さつま芋		麻婆豆腐丼 ごぼうサラダ きのこ汁 豆腐・豚挽肉・人参・にら・牛蒡・ハム・胡瓜・油揚げ・椎茸・しめじ・えのき		ぶっかけうどん 南瓜とチーズのサラダ うどん麺・合挽肉・玉葱・茄子・南瓜・胡瓜・コーン・チーズ	
♡おやつ♡ バナナパンケーキ		♡おやつ♡ キャラメルお麩ラスク		♡おやつ♡ ジャムヨーグルト		♡おやつ♡ 豆乳花		♡おやつ♡ トマトスコーン		♡おやつ♡ 青菜と塩昆布のおにぎり	
16日	499kcal	17日	556kcal	18日	472kcal	19日	551kcal	20日	460kcal	21日	520kcal
ごはん 鶏肉と白菜の中華風クリーム煮 ひじきの煮物 トマトとじゃこの甘酢和え 呉汁 鶏肉・白菜・人参・牛乳・ひじき・油揚げ・グリーンピース・トマト・胡瓜・しらす・大豆		ミートソーススパゲティ キャベツとツナの中華酢和え バナナ うすくず汁 パスタ麺・合挽肉・玉葱・椎茸・人参・トマト缶・キャベツ・ツナ缶・胡瓜・バナナ		ごはん 魚の西京焼き 蓮根と春雨のチャブチェ マセドアンサラダ 豆乳スープ 鮭・合挽肉・春雨・蓮根・にら・胡麻・じゃが芋・人参・胡瓜・コーン・豆乳		豚丼 小松菜とツナのゴママヨナムル 野菜の味噌汁 豚肉・玉葱・牛蒡・糸莖・小松菜・もやし・人参・ツナ・胡麻		ごはん 魚のあけぼの焼き さつま芋のレモン煮 五目納豆 塩ちゃんこ汁 鮭・人参・チーズ・さつま芋・納豆・小松菜・人参・椎茸・しらす・鶏挽肉		中華丼 ブロッコリーのおかか和え 豚肉・人参・白菜・椎茸・小松菜・ブロッコリー	
♡おやつ♡ 米粉ときなこのスノーボール		♡おやつ♡ おかかおにぎり		♡おやつ♡ ヨーグルト		♡おやつ♡ 黒糖ちんすこう		♡おやつ♡ りんごともものフルーチェ		♡おやつ♡ ひよこさんケーキ	
23日	523kcal	24日	481kcal	25日	465kcal	26日	486kcal	27日	536kcal	28日	476kcal
チキンマカロニグラタン 海と畑のサラダ すいか 中華スープ 鶏肉・しめじ・玉葱・牛乳・マカロニ・チーズ・コーン・ツナ・キャベツ・人参・ひじき・胡麻・すいか		ごはん 魚の豆腐タルタルソースかけ 筑前煮 トマトの胡麻和え レタススープ 白身魚・豆腐・玉葱・チーズ・鶏肉・人参・里芋・蓮根・牛蒡・トマト・胡瓜・えのき・胡麻・レタス		ごはん おからミートローフ そうめんチャンプル 切干大根の中華酢和え 野菜の味噌汁 合挽肉・おから・玉葱・素麺・ツナ・人参・ピーマン・切干大根・小松菜・しらす		ごはん 鶏のから揚げ 金平ごぼう スイートポテトサラダ ミネストローネ 鶏肉・玉葱・牛蒡・人参・さつま芋・胡瓜・ハム・コーン・トマト		ごはん 魚の照焼 高野豆腐のカレー麻婆 ピーマンのツナマヨ和え なめこのすまし汁 鮭・高野豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・ピーマン・コーン・ツナ・なめこ		ビビンバ風丼 マカロニサラダ 合挽肉・もやし・ほうれん草・人参・胡麻・マカロニ・胡瓜・ハム	
♡おやつ♡ いりこおにぎり		♡おやつ♡ みかんヨーグルト		♡おやつ♡ りんごゼリー		♡おやつ♡ カルピス白玉ポンチ		♡おやつ♡ きなこバターサンド		♡おやつ♡ 豆腐わらびもち	
30日	565kcal	梅雨の季節がやってきましたね。だんだん気温も上がり晴れている日は、外で元気に遊ぶ子どもたちの姿も見られます。食事や睡眠をしっかりとって、暑さに負けないからだ作りを心がけましょう。 									
ごはん 厚揚げと豚肉のオイスター炒め 切干大根の煮物 キャベツと青菜の磯辺和え 野菜の味噌汁 豚肉・厚揚げ・茄子・ピーマン・人参・切干大根・油揚げ・グリーンピース・キャベツ・ほうれん草											

※毎日チーズが提供されます。
※都合により献立を変更する場合がございます。