



令和7年6月 献立表



打上保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
02月	ごはん,カレー,切干大根のサラダ	米(60g),/牛肉(35g),じゃがいも(50g),にんじん(25g),たまねぎ(30g),油(1g),カレールウ(14g),/切り干しだいこん(2g),にんじん(16g),きゅうり(10g),チンゲンサイ(20g),すりごま(2g),油(1g),ごま油(1g),酢(2g),しょうゆ(2g),砂糖(2g),食塩(0g),/牛乳(120g),/バナナ,/ぱりんこ,	牛乳120,バナナ,ぱりんこ
03火	ごはん,凍豆腐の中華炒め煮,野菜スープ	米(55g),/凍り豆腐(14g),豚肉(35g),にんじん(5g),青菜(10g),たまねぎ(20g),しめじ(5g),食塩(0g),しょうゆ(3g),砂糖(3g),しょうが(1g),顆粒コンソメ(1g),水(50g),油(1g),片栗粉(1g),/たまねぎ(15g),キャベツ(20g),にんじん(15g),ホールコーン(5g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(3g),食塩(0g),/牛乳(120g),/粉かんでん(1g),水(50g),砂糖(6g),100%オレンジジュース(30g),みかん缶(20g),/揚げせんべい	牛乳120,オレンジ寒,揚げせんべい
04水	ごはん,筑前煮,豆腐の味噌汁	米(55g),/鶏肉(35g),にんじん(25g),糸こんにゃく(15g),ごぼう(10g),干しいたけ(1g),三度豆(6g),れんこん(20g),油(1g),砂糖(3g),しょうゆ(3g),しいたけだし(20g),/木綿豆腐(33g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),/牛乳(120g),/ぼたぼた焼き,/じゃがいも(70g),食塩(0g),あおのり(0g),	牛乳120,粉ふき芋(青のり),ぼたぼた焼き
05木	ごはん,鮭の塩焼き,ひじきの煮付け,野菜のすまし汁	米(55g),/鮭(1切れ60g)(60g),食塩(0g),/ひじき(乾)(4g),にんじん(10g),薄揚げ(3g),油(1g),煮干し(1g),水(7g),砂糖(2g),しょうゆ(3g),/キャベツ(15g),たまねぎ(15g),にんじん(10g),わかめ(0.3g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),しょうゆ(3g),食塩(0g),/牛乳(120g),/星たべよ,/米粉(11.3g),/おから(生)(11.3g),/砂糖(4.5g),/ベーキングパウダー(0.5g),/成分無調整豆乳(7.5g),/油(4.5g),	牛乳120,星たべよ,おからソフトクッキー
06金	ごはん,豚肉のノルウェー風,酢の物,味噌汁	米(55g),/豚肉(1枚60g)(60g),しょうが(1g),しょうゆ(2g),酒(2g),片栗粉(8g),ケチャップ(10g),ウスターソース(3g),砂糖(3g),油(5g),/キャベツ(33g),にんじん(10g),わかめ(0.3g),砂糖(2g),酢(3g),食塩(0g),/じゃがいも(30g),青菜(15g),みそ(10g),煮干し(3g),/牛乳(120g),/薄焼きサラダ,/桃缶,	牛乳120,桃缶,薄焼きサラダ
07土	ごはん(ふりかけ),肉わかめうどん	米(40g),/ふりかけ,茹でうどん(100g),牛肉(30g),たまねぎ(30g),にんじん(20g),キャベツ(15g),青ねぎ(3g),わかめ(0.3g),油(2g),しょうゆ(2g),砂糖(2g),しょうゆ(3g)みりん(1g),食塩(0g),昆布(1g),かつお節(2g),/牛乳(120g),/ゼリー,/ソフトサラダ,	牛乳120,ゼリー,ソフトサラダ
09月	ごはん,コーンシチュー,大豆とひじきのサラダ	米(55g),/ホールコーン(15g),鶏肉(35g),じゃがいも(50g),にんじん(20g),たまねぎ(30g),油(2g),シチュールー(12g),/だいず(12g),ひじき(乾)(1g),砂糖(2g),キャベツ(20g),にんじん(15g),しょうゆ(2g),酢(2g),油(1g),ごま油(1g),/牛乳(120g),/プリン(乳なし,卵なし),/えびちび	牛乳120,プリン(乳なし,卵なし),えびちび
10火	ごはん,鶏の桑焼き,はるさめきんぴら,玉ねぎのすまし汁	米(55g),/鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g),酒(2g),しょうゆ(2g),砂糖(1g),/はるさめ(3g),ごぼう(18g),にんじん(7g),ピーマン(5g),干しいたけ(1g),ごま油(1g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),/たまねぎ(30g),にんじん(15g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),しょうゆ(3g),食塩(0g),/牛乳(120g),/とうもろこし,/揚げせんべい,	牛乳120,とうもろこし,揚げせんべい
11水	ごはん,豚肉の野菜炒め,味噌汁	米(55g),/豚肉(35g),キャベツ(35g),ピーマン(10g),にんじん(15g),もやし(15g),たまねぎ(30g),油(1g),食塩(0g),しょうゆ(1g),ごま油(1g),/たまねぎ(20g),わかめ(0.3g),薄揚げ(5g),煮干し(3g),みそ(10g),/牛乳(120g),/苺ジャムパン(乳),/ソフトサラダ,	牛乳120,苺ジャムパン(乳),ソフトサラダ
12木	ごはん,ラタトゥイユ風ミート,豆腐と玉ねぎのスープ	米(55g),/豚ひき肉(35g),ズッキーニ(16g),なす(16g),赤ピーマン(10g),たまねぎ(10g),カットマト缶詰(15g),にんにく(0g),油(1g),酒(3g),顆粒コンソメ(1g),食塩(0g),/木綿豆腐(33g),たまねぎ(20g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),食塩(0g),しょうゆ(3g),/牛乳(120g),/ホットケーキミックス(30g),にんじん(20g),絹ごし豆腐(30g),砂糖(5g),油(6g),/ぱりんこ,	牛乳120,人参ドーナツ,ぱりんこ
13金	ごはん,鯖缶さつま揚げ,もやしのお浸し,味噌汁	米(55g),/さば(水煮缶)(15g),木綿豆腐(65g),にんじん(10g),しょうが(1g),砂糖(2g),酒(0g),しょうゆ(1g),食塩(0g),片栗粉(9g),油(5g),/もやし(25g),にんじん(10g),切り干しだいこん(3g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),/キャベツ(20g),わかめ(0.3g),たまねぎ(20g),煮干し(3g),みそ(10g),/牛乳(120g),/みかん缶,/芋けんぴ,	牛乳120,みかん缶,芋けんぴ
14土	ごはん(ふりかけ),五目そば	米(40g),/ふりかけ,麺(100g),鶏肉(35g),たまねぎ(30g),にんじん(10g),キャベツ(20g),干しいたけ(1g),もやし(15g),ごま油(0.8g),塩(0.3g),しょうゆ(4g),顆粒コンソメ(0.8g),煮干し(1g),/ゼリー,/ぼたぼた焼き	牛乳120,ぼたぼた焼き,ゼリー

※献立は都合により変更する場合があります

※完了期おやつは後期食おやつと同じ内容になります。(ただし、育児用ミルクは牛乳120gとなります。)