



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
16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
17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(4g)、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
18水	ごはん、筑前煮、豆腐の味噌汁	米(55g)、／鶏肉(35g)、にんじん(25g)、系こんにゃく(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ぼたぼた焼き、粉ふき芋(青のり)
19木	ガバオ風ライス、キャベツのお浸し、きのこスープ	米(60g)、こしょう(0g)、豚ひき肉(50g)、にんじん(15g)、たまねぎ(40g)、ピーマン(10g)、赤ピーマン(15g)、ホールコーン(8g)、ウスターソース(4g)、砂糖(3g)、カレー粉(0g)、しょうが(1g)、にんにく(1g)、食塩(0g)、こしょう(0g)、しょうゆ(3g)、油(1g)、／キャベツ(36g)、にんじん(5g)、砂糖(1g)、しょうゆ(2g)、／えのきたけ(13g)、しめじ(13g)、たまねぎ(10g)、青ねぎ(3g)、顆粒コンソメ(1g)、食塩(0g)、しょうゆ(2g)、／牛乳(120g)、／こんぶ(おやつ用)(3g)、／米粉(15g)、片栗粉(1g)、ベーキングパウダー(1g)、ココア(ピュアココア)(3g)、油(8g)、木綿豆腐(25g)、砂糖(11g)、	牛乳120、こんぶ、とうふブラウニー 
20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(0g)、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、／メロン、	牛乳120、薄焼きサラダ、メロン
21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
23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)、シチュールウ(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)、／みかん缶、／芋けんぴ	牛乳120、みかん缶、芋けんぴ
24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
25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)、／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
26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
27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)、／ショコラロールパン(乳、卵)、／星たべよ、	牛乳120、ショコラロールパン(乳、卵)、星たべよ
28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
30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)、／ヨーグルト、／ぱりんこ、	牛乳120、ヨーグルト、ぱりんこ

※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。)