



6月予定および献立表

2024年5月20日
東奈良敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 土		チキンライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、人参、玉ねぎ、コーン、いんげん ブロッコリー、キャベツ、コーン じゃがいも、しめじ	●おからクッキー ●牛乳
2 日	お休み			
3 月	内科検診	鮭寿司 切り干し大根の梅和え すまし汁	鮭、きゅうり、大葉、のり ツナ、切り干し大根、人参、もやし、梅肉 豆腐、わかめ、三つ葉	フライドポテト ●牛乳
4 火	E~たいむ スイミング	●タンドリーチキン ●★春雨サラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト ブロッコリー ハム、きゅうり、もやし、人参、春雨 大根、しめじ、小松菜	●ココア蒸しパン ●牛乳
5 水		豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ツナ、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ かぼちゃ、油揚げ、小松菜	●ジャムパン ●牛乳
6 木	習字	鯛のから揚げオニオンソース 大豆サラダ 味噌汁	鯛、玉ねぎ ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、きゅうり、人参 豆腐、えのき、ほうれん草	おひさまゼリー せんべい ●牛乳
7 金	体育あそび	中華丼 ●★揚げしゅうまい フルーツ	豚肉、白菜、人参、玉ねぎ、いか、小松菜、干椎茸 海老しゅうまい りんご	いなりずし ●牛乳
8 土	家庭の日	味噌ラーメン ナムル フルーツ	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、中華麺 ほうれん草、もやし、人参 オレンジ	おはぎ ●牛乳
9 日	お休み			
10 月	歯磨き開始 (くま)	中華風ローストチキン ひじき煮 味噌汁	鶏肉 キャベツ、ゆかり ひじき、大豆、人参、竹輪、しらたき、いんげん わかめ、豆腐、小松菜	●マシュマロおこし ●牛乳
11 火	E~たいむ	鱈の香味焼き ★ばんさんすう サンラータン	あじ かにかまぼこ、きゅうり、人参、もやし、錦糸卵 豚肉、白菜、人参、干椎茸、春雨、にら	●きなこ揚げパン ●牛乳
12 水	歯科検診 シーツ交換(幼児)	わかめご飯 肉じゃが キャベツとみかんのサラダ 味噌汁	わかめ 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん キャベツ、みかん缶、きゅうり、レーズン もやし、油揚げ、ほうれん草	●プリン クラッカー ●牛乳
13 木	シーツ交換(乳児)	豚肉のしぐれ煮 ポン酢和え 味噌汁	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ 玉ねぎ、油揚げ、ねぎ	黒糖蒸しパン ●牛乳
14 金	体育あそび	豚肉のケチャップソテー じゃこサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 豆腐、しめじ、ねぎ	かやくご飯 ●牛乳
15 土		●カレーピラフ コールスローサラダ わかめスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、ピーマン、バター キャベツ、きゅうり、人参、レーズン しめじ、わかめ、パセリ	●いももち ●牛乳

6. 7. 8月の第2、第4土曜日は、衛生上、幼児も給食です。



日曜日	行事	献立	材料	おやつ
16 日	お休み			
17 月	Jリーグ	鶏肉のマーメレード焼き おほか和え 味噌汁 フルーツ	鶏肉 ほうれん草、白菜、人参、竹輪 豆腐、油揚げ、しめじ 黄桃缶	おからナゲット ●牛乳
18 火	E~たいむ スイミング	鮭の西京焼き 切り干し大根の酢の物 けんちん汁	鮭 かにかまぼこ、きゅうり、人参、切り干し大根 鶏肉、大根、人参、蒟蒻、里芋、ごぼう、ねぎ	●★おほかマヨトースト ●牛乳
19 水	お誕生会	夏野菜カレー キャベツとパインのサラダ ●チーズ	合挽きミンチ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、かぼちゃ、なす、トマト缶、ルウ キャベツ、パイン缶、きゅうり、レーズン チーズ	●★パースディケーキ ●牛乳
20 木	習字	鶏肉のから揚げ ●★ハムサラダ 味噌汁	鶏肉 ブロッコリー ハム、キャベツ、人参、きゅうり、コーン わかめ、大根、ほうれん草	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
21 金	体育あそび プラネタリウム (きりん)	●★パン ミネストローネ ツナサラダ フルーツ	パン 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、大豆、トマト缶、セロリ ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン オレンジ	中華おこわ ●牛乳
22 土	家庭の日 乳児クラスビデオ オ参観	豚丼 胡麻和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、ねぎ ほうれん草、白菜、人参 わかめ、豆腐	●★チーズホットケーキ ●牛乳
23 日	お休み			
24 月	じゃがいも掘り (いぬ)	●肉団子の甘酢あん じゃこことひじきのサラダ ビーフンスープ	肉団子 ちりめんじやこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン ビーフン、人参、青梗菜、わかめ	マカロニきなこ ●牛乳
25 火	E~たいむ	豚肉の味噌炒め ブロッコリーサラダ すまし汁	豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン ブロッコリー、きゅうり、コーン えのき、豆腐、三つ葉	かぼちゃ蒸しパン ●牛乳
26 水	避難訓練 シーツ交換(幼児)	ゆかりご飯 鯖のカレー風味焼き ●★切り干し大根サラダ 味噌汁	ゆかり 鯖 ハム、切り干し大根、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ じゃがいも、玉ねぎ、ほうれん草	●シナモン揚げパン ●牛乳
27 木	シーツ交換(乳児)	鶏肉のごま風味焼き 湯葉和え 味噌汁 フルーツ	鶏肉 小松菜、白菜、人参、えのき、竹輪、湯葉 大根、油揚げ、わかめ パイン缶	フルーツ寒天 ●ココナッツサブレ ●牛乳
28 金	体育あそび	●ハヤシライス キャベツとりんごのサラダ ●チーズ	牛肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ルウ キャベツ、りんご、きゅうり、レーズン チーズ	●★かりんとうドーナツ ●牛乳
29 土		和風きのこスパゲティ コーンサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、えのき、ほうれん草、スパゲティ コーン、キャベツ、きゅうり、人参 オレンジ	焼きおにぎり ●牛乳
30 日	お休み			

- ・献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。
- ・アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ・乳児は朝おやつとして、せんべい、クッキーなどを提供しています。

今月の一人当たりの栄養素(3歳児)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	530	19.9	14.7	270	2.3	0.32	0.36	23	—	1.6未満
平均	592	20.1	16.3	266	2.2	0.43	0.45	26	4.4	1.6

