



6 月予定および献立表



令和6年5月20日
彩都敬愛保育園

●は乳、★は卵を♥はトマト使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	土		♥焼きそば風スパゲティー 中華サラダ 中華スープ	豚肉、キャベツ、人参、ピーマン、ソース ブロッコリー、コーン、きゅうり 大根、玉ねぎ	★●どら焼き ●牛乳
2	日				
3	月	虫歯予防週間	鶏のから揚げレモンソース 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉、レモン ブロッコリー 大豆、キャベツ、きゅうり、人参 玉ねぎ、豆腐、青葱	うどん ●牛乳
4	火		肉じゃが 切干大根の梅風味 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん ツナ、切り干し大根、人参、もやし、梅肉 ほうれん草、油揚げ	●黒糖蒸しパン ●牛乳
5	水		ひじきご飯 鯖の塩焼き ★高野豆腐の卵とじ 味噌汁	鶏肉、ひじき、油揚げ、人参 鯖 高野豆腐、卵、玉ねぎ、人参、三つ葉 キャベツ、もやし	フライドポテト ●牛乳
6	木	内科検診	豚肉とキャベツのみそ炒め ばんさんすう ★卵とコーンのスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、甜麺醤 ハム、きゅうり、人参、もやし 卵、クリームコーン缶、玉ねぎ、青葱	玄米ゆかりおにぎり
7	金		ビビンバ 春巻き サンラータン	牛肉、ほうれん草、人参、もやし、ごま 春巻き 豚肉、白菜、人参、春雨、筍、干し椎茸、青葱	●プリン ●ビスコ ●牛乳
8	土	家庭の日	炒飯 コールスローサラダ オニオンスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、青葱 キャベツ、きゅうり、レーズン 玉ねぎ、しめじ	★●フレンチトースト ●牛乳
9	日				
10	月		鯛の野菜あんかけ 磯和え 味噌汁	鯛、玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン ほうれん草、白菜、人参、のり 玉ねぎ、わかめ、青葱	●シュガートースト ●牛乳
11	火		豚肉のしぐれ煮 酢の物 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、大根 かぼちゃ、えのき茸、青葱	●マシュマロおこし ●牛乳
12	水	シーツ交換 (ひよこ、うさぎ)	★鮭寿司 平天と野菜の煮物 すまし汁	鮭、きゅうり、大葉、錦糸卵、ごま、のり 平天、じゃが芋、人参、大根、いんげん 豆腐、えのき茸、三つ葉	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
13	木	シーツ交換 (りす)	鶏肉のマーマレード焼き ★ポテトサラダ 味噌汁	鶏肉、マーマレード ツナ、じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ なす、油揚げ、青葱	●シリアルクッキー ●牛乳
14	金		♥ミートスパゲティー じゃことひじきサラダ フルーツ	スパゲティー、合挽ミンチ、玉ねぎ、人参、ピーマン、トマト缶 ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、縮緬じゃこ バナナ	かやくご飯 ●牛乳
15	土		豚丼 お浸し 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、いんげん ほうれん草、白菜、しめじ 麩、わかめ	●ジャムサンド ●牛乳

■献立の内容は、仕入れの状況により、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。

■朝のおやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
16	日				
17	月		鶏肉の甘辛揚げ 白和え 味噌汁	鶏肉 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、蒟蒻、ごま キャベツ、じゃが芋	★●チーズホットケーキ ●牛乳
18	火		★●豆腐の松風焼き 切干大根煮 味噌汁	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青葱、卵、パン粉、牛乳、味噌、ごま 切干大根、人参、油揚げ、しらたき、いんげん ほうれん草、豆腐	●きな粉揚げパン ●牛乳
19	水	誕生会 ビデオ上映～ 22日	チキンカレー(玄米ご飯) キャベツとパインのサラダ ゼリー	玄米、鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン ゼリー	★●パースディケーキ ●牛乳
20	木	歯科検診	★鯛ムニエルタルタルソース じゃこサラダ きのこスープ	鯛、小麦粉、バター、卵、マヨネーズ ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 えのき茸、しめじ、玉ねぎ	中華おこわ
21	金		豚肉の生姜焼き ★マカロニサラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン ツナ、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ わかめ、麩、青葱	フルーツヨーグルト ★●バウムクーヘン
22	土	家庭の日	♥●チキンライス コーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん、ケチャップ キャベツ、きゅうり、人参、コーン じゃが芋、玉ねぎ	●ホットドッグ ●牛乳
23	日				
24	月		わかめご飯 鮭の西京焼き ひじき煮 豚汁	わかめ 鮭、味噌 ひじき、大豆、人参、しらたき、いんげん 豚肉、大根、人参、ごぼう、じゃが芋、青葱	●オレンジケーキ ●牛乳
25	火	避難訓練	●肉団子の甘酢あんかけ ナムル ビーフンスープ	肉団子、玉ねぎ、人参、ピーマン ほうれん草、人参、もやし、ごま油 玉ねぎ、ビーフン、干し椎茸、青梗菜	★お好み焼き ●牛乳
26	水	シーツ交換 (ひよこ、うさぎ)	★●てりやきハンバーグ ツナサラダ 味噌汁	合挽ミンチ、玉ねぎ、卵、パン粉、牛乳 ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 玉ねぎ、なす、青葱	●チーズサンド ●牛乳
27	木	シーツ交換 (りす)	♥●ハヤシライス カニカマサラダ ゼリー	牛肉、玉ねぎ、人参、ルウ、ケチャップ カニカマ、キャベツ、きゅうり、人参 ゼリー	●お麩ラスク ●牛乳
28	金		♥★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ツナ、きゅうり、トマト、錦糸卵 かぼちゃ、竹輪、てんぷら粉 黄桃缶	いなり寿司
29	土		カレーピラフ グリーンサラダ わかめスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、コーン 玉ねぎ、わかめ	たい焼き ●牛乳
30	日				

乳児1日の1人あたり当たりの栄養素

	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A (μg)	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	480	17.7	13.5	193	1.9	185	0.25	0.24	19	—	1.3
平均	478	17.7	13.5	191	1.9	170	0.29	0.28	18	—	1.2