



いちご保育園献立表 2024年6月



日付	献立名	材料名 ◎バナナ給午前おやつ、◎全員午後おやつ			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 土	みそ炒め丼、トマトスープ、ゆで野菜（ブロッコリー）、くだもの	七分つき米、油、片栗粉、砂糖	◎牛乳、◎ヨーグルト（加糖）、豚肉（肩ロース）、米みそ（赤色辛みそ）、◎牛乳	キャベツ、オレンジ、ブロッコリー、たまねぎ、トマト、ピーマン、ねぎ、赤ピーマン、にんにく、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎ヨーグルト、◎せんべい
03 月	御飯、すまし汁（だいこん・あげ）、さわらの蒸しみそ焼き、きゅうりの昆布あえ、みかん缶	◎じゃがいも、七分つき米、◎片栗粉、砂糖、◎油、米粉、油	◎牛乳、さわら、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	みかん缶、もやし、きゅうり、かぼちゃ、だいこん、ねぎ、にんじん、塩こんぶ、しょうが、◎あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎芋もち
04 火	ロールパン、コーンスープ（だいこん）、タンドリーチキン、人参の甘煮（ブロッコリー）ベイクドじゃが（あおのり）	ロールパン、じゃがいも、◎七分つき米、油、砂糖、片栗粉、◎ごま油	◎牛乳、鶏もも肉、◎しらす干し、◎牛乳	クリームコーン缶、だいこん、ブロッコリー、にんじん、◎にんじん、コーン缶、◎ピーマン、◎しいたけ、◎ひじき、レモン果汁、にんにく、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎チャーハン（しらす・ひじき）
05 水	御飯、みそ汁（にんじん・あげ）、白身魚の香り蒸し（チンゲン菜）、さつま芋のレモン煮	七分つき米、さつまいも、◎砂糖、砂糖、油	◎牛乳、あかうお、◎豆乳、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	◎みかん缶、チンゲンサイ、◎オレンジ濃縮果汁、◎ぶどう濃縮果汁、もやし、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、◎かんでん（粉）、レモン果汁、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎アシサイゼリー、◎せんべい
06 木	御飯、豆乳汁、ピーマンの細切り炒め、きゅうりの酢の物（みかん）	七分つき米、◎油、◎砂糖、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、◎ごま	◎牛乳、豚肉（もも）、豆乳、◎牛乳	◎かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、みかん缶、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、かぼちゃ、黄ピーマン、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎大学かぼちゃ（ごま）
07 金	御飯、すまし汁（じゃがいも・わかめ）、かじきのケチャップあえ、蒸し野菜のサラダ、バナナ	七分つき米、◎コッペパン、じゃがいも、油、◎油、片栗粉、◎グラニュー糖、◎砂糖、砂糖	◎牛乳、かじき、◎きな粉、◎牛乳	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎あげぱん（きな粉）
08 土	焼きそば、わかめスープ、ゆで野菜（ブロッコリー）、くだもの	焼きそばめん、ごま油	◎牛乳、◎ヨーグルト（加糖）、豚肉（肩）、◎牛乳	キャベツ、りんご、ブロッコリー、コーン缶、ピーマン、にんじん、カットわかめ、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎ヨーグルト、◎ビスケット
10 月	御飯、みそ汁（かぼちゃ・わかめ）、さけの塩焼き（添え・いんげん）、卵の花（人参・鶏ひき肉）、みかん缶	七分つき米、◎七分つき米、油、砂糖、◎油	◎牛乳、さけ、鶏ひき肉、おから、米みそ（淡色辛みそ）、◎しらす干し、◎牛乳	みかん缶、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、◎こまつな、いんげん、ねぎ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎菜飯おにぎり（しらす）
11 火	キッズビビンバ（ごま）豆腐スープ（わかめ）甘煮豆（いんげん豆）りんご	七分つき米、◎フランクパン、◎ピーナッツバター、砂糖、ごま、油、ごま油	◎牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、いんげんまめ（乾）、◎牛乳、◎クリームチーズ	りんご、もやし、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳 幼児：ピーナッツバターサンド 乳児：ミルクコッペ
12 水	御飯、みそ汁（だいこん・あげ）、あじのマリネ、ひじき煮（さつまいも）、パイン缶	七分つき米、さつまいも、◎小麦粉、油、◎油、砂糖、片栗粉	◎牛乳、あじ、◎豆乳、◎つぶしあん（砂糖添加）、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	パイン缶、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、えのきたけ、黄ピーマン、ひじき	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎水無月蒸しパン
13 木	 ワールドフードクッキング「ピザトースト」 ミネストローネ ミラノ風チキ野菜添え オレンジ				◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ ◎牛乳 ◎バナナコッタ&ビスコッティ
14 金	御飯、みそ汁（チンゲン菜・生揚げ）、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、りんご	七分つき米、じゃがいも、◎フランクパン、油、砂糖	◎牛乳、あかうお、生揚げ、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	りんご、だいこん、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、◎いちごジャム、ピーマン、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎いちごスティック



いちご保育園献立表 2024年6月



日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
15 土	てりやき野菜丼、豆腐スープ（わかめ）、ゆで野菜（ブロッコリー）、くだもの	七分つき米、油、片栗粉	〇牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、鶏もも肉、木綿豆腐、◎牛乳	オレンジ、もやし、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇ヨーグルト、〇せんべい
17 月	御飯、すまし汁（だいこん・あげ）、さわらの蒸しみそ焼き、きゅうりの昆布あえ、みかん缶	〇じゃがいも、七分つき米、〇片栗粉、砂糖、〇油、米粉、油	〇牛乳、さわら、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	みかん缶、もやし、きゅうり、かぼちゃ、だいこん、ねぎ、にんじん、塩こんぶ、しょうが、〇あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇芋もち
18 火	ロールパン、コーンスープ（だいこん）、タンドリーチキン、人参の甘煮（ブロッコリー）ベイクドじゃが（あおのり）	米、じゃがいも、〇食パン、油、〇マヨネーズ、砂糖、片栗粉	〇牛乳、鶏もも肉、〇しらす干し、〇粉チーズ、◎牛乳	クリームコーン缶、だいこん、ブロッコリー、にんじん、コーン缶、レモン果汁、〇あおのり、にんにく、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇じゃこトースト
19 水	御飯、みそ汁（にんじん・あげ）、白身魚の香り蒸し（チンゲン菜）、さつま芋のレモン煮	七分つき米、さつまいも、〇砂糖、砂糖、油	〇牛乳、あかうお、〇豆乳、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	〇みかん缶、チンゲンサイ、〇オレンジ濃縮果汁、〇ぶどう濃縮果汁、もやし、にんじん、たまねぎ、えのきだけ、〇かんとん（粉）、レモン果汁、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇アジサイゼリー、〇せんべい
20 木	御飯、豆乳汁、ピーマンの細切り炒め、きゅうりの酢の物（みかん）	七分つき米、〇油、〇砂糖、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、〇ごま	〇牛乳、豚肉（もも）、豆乳、◎牛乳	〇かぼちゃ、きゅうり、ピーマン、みかん缶、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、キャベツ、かぼちゃ、黄ピーマン、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇大学かぼちゃ（ごま）
21 金	御飯、すまし汁（じゃがいも・わかめ）、かじきのケチャップあえ、蒸し野菜のサラダ、バナナ	七分つき米、〇コッペパン、じゃがいも、油、〇油、片栗粉、〇グラニュー糖、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、かじき、〇きな粉、◎牛乳	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇あげぱん（きな粉）
22 土	チャーハン（豚肉）、豆腐スープ、ゆで野菜（ブロッコリー）、くだもの	七分つき米、油	〇牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、木綿豆腐、豚ひき肉、◎牛乳	りんご、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇ヨーグルト、〇ビスケット
24 月	御飯、みそ汁（かぼちゃ・わかめ）、さけの塩焼き（添え・いんげん）、卵の花（人参・鶏ひき肉）、みかん缶	七分つき米、〇七分つき米、油、砂糖、〇油	〇牛乳、さけ、鶏ひき肉、おから、米みそ（淡色辛みそ）、〇しらす干し、◎牛乳	みかん缶、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、〇こまつな、いんげん、ねぎ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇菜飯おにぎり（しらす）
25 火	カレーライス、オニオンスープ（コンソメ）、ブロッコリーのマヨネーズあえ、ヨーグルト	〇ホットケーキ粉、マヨネーズ、油、〇砂糖、七分つき米、じゃがいも	〇牛乳、ヨーグルト(加糖)、〇生クリーム、豚肉（肩ロース）、◎牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、〇もも缶、マッシュルーム、にんじん、コーン缶、◎みかん缶	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇お楽しみケーキ
26 水	御飯、みそ汁（だいこん・あげ）、あじのマリネ、ひじき煮（さつまいも）、パイン缶	七分つき米、さつまいも、〇小麦粉、油、〇油、砂糖、片栗粉	〇牛乳、あじ、〇豆乳、〇つぶしあん（砂糖添加）、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	パイン缶、たまねぎ、だいこん、きゅうり、にんじん、えのきだけ、黄ピーマン、ひじき	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇水無月蒸しパン
27 木	ロールパン、ミネストローネ、鶏のから揚げ、人参の甘煮（ブロッコリー）、オレンジ	ロールパン、〇七分つき米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、〇ごま油	〇牛乳、鶏もも肉（皮付き）、〇しらす干し、〇かつお節、◎牛乳	オレンジ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、トマト、キャベツ、セロリー、〇ねぎ、にんにく、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇おにぎり（しらす・ねぎ）
28 金	御飯、みそ汁（チンゲン菜・生揚げ）、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、幼児：キウイフルーツ 乳児：りんご	七分つき米、じゃがいも、〇フランスパン、油、砂糖	〇牛乳、あかうお、生揚げ、米みそ（淡色辛みそ）、◎牛乳	だいこん、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、〇いちごジャム、ピーマン、しょうが、りんご、キウイフルーツ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、〇牛乳、〇いちごスティック

平均栄養所要量

3-5歳児：エネルギー567kcal タンパク質22.5g 脂質16.5g カルシウム231mg
鉄分2.2 ビタミンC41 食物繊維6.0 塩分1.7g
1-2歳児：エネルギー430kcal タンパク質17.5g 脂質13.6g カルシウム223mg
鉄分1.6 ビタミンC30 食物繊維4.3 塩分1.3g



食材を確認し、未食のものがある場合はその日までには食べておくようにしましょう。



行事や食材の都合により内容を変更する場合があります。その際は、掲示板でご案内させていただきます。