




2024年6月



みやびの杜保育園 給食予定献立表



日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	焼うどん オレンジ けんちん汁	豚肉・かつお節 さつま揚げ・豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・万能ねぎ オレンジ 大根・人参・白菜・万能ねぎ	うどん・油 黒こんにゃく	中濃ソース・とんかつソース 醤油・塩・和風だし	豆乳ウエハース 牛乳	豆乳ウエハース 牛乳
3	月	ごはん 豚肉と野菜のチャンプルー オクラの酢の物 黄桃缶 みそ汁	豚肉・かつお節・卵 ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・白菜・人参・万能ねぎ オクラ・人参 黄桃(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 油・調合ごま油 砂糖 さつま芋	醤油・塩・味塩こしょう 酢・醤油 だし	フルーツヨーグルト 牛乳	バナナ・黄桃(缶詰) ヨーグルト・砂糖 牛乳
4	火	タコライス かぼちゃサラダ パイン缶 コンソメスープ	鶏ひき肉・ミックスチーズ 	玉ねぎ・キャベツ・トマト かぼちゃ・コーン・きゅうり パイン(缶詰) 白菜・わかめ・ドライパセリ	米(国産)・油 マヨネーズ じゃが芋	トマトケチャップ コンソメ	もずくのひらやーちー 牛乳	もずく・人参・ツナフレーク・ニラ・小麦粉 卵・牛乳・塩・油 牛乳
5	水	ごはん 筑前煮 キャベツの塩昆布和え バナナ すまし汁	鶏肉 	大根・人参・干しいたけ・グリーンピース キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布 バナナ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 黒こんにゃく・油・砂糖 おつゆ麩	だし・醤油・みりん風調味料 醤油	シークワーサーケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・バター 卵・四季柑シークワーサー 牛乳
6	木	野菜たっぷり塩ラーメン ササミと白菜のおかか和え オレンジ	豚肉 鶏ささみ・かつお節	玉ねぎ・人参・コーン・小松菜 白菜・きゅうり・人参 オレンジ	ラーメン・油	醤油・中華だし・塩ラーメンスープ 醤油・みりん風調味料	ふりかけおにぎり お茶	米(国産) しそ風味ふりかけ お茶
7	金	ごはん 魚の磯辺焼き ひじきの煮物 みかん缶 みそ汁	メルルーサ さつま揚げ 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ひじき・人参・グリーンピース みかん(缶詰) 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・砂糖・油 さつま芋・砂糖	醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし だし	シュガー揚げパン 牛乳	コッペパン・油 グラニュー糖 牛乳
8	土	豚肉の生姜焼き丼 ブロッコリーのサラダ バナナ すまし汁	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん・しょうが ブロッコリー・人参 バナナ 大根・わかめ・万能ねぎ	米(国産)・油・砂糖 砂糖	醤油・みりん風調味料・料理酒 青じそドレッシング(ノンオイル) だし・醤油・塩	ソフトサラダ 牛乳	ソフトサラダせんべい 牛乳
10	月	ごはん ヤンニョムチキン風 ふーいりちー 白桃缶 すまし汁	鶏肉・赤みそ 卵・豚肉	しょうが 玉ねぎ・人参・ほうれん草 白桃(缶詰) 大根・キャベツ・万能ねぎ	米(国産) でん粉・油・砂糖・白ごま 車麩・油	塩・料理酒・トマトケチャップ・みりん風調味料・醤油 沖縄そばだし・塩 だし・醤油・塩	あじさいゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 マスカットゼリーの素 牛乳
11	火	ごはん 魚の甘辛焼き ちくわと白菜のゆかり和え オレンジ みそ汁	さば ちくわ 赤みそ・白みそ	しょうが 白菜・人参 オレンジ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 じゃが芋	醤油・料理酒 ゆかり だし	大学芋 牛乳	さつま芋・油 砂糖・黒ごま 牛乳
12	水	カレーライス バナナ 野菜たっぷりスープ	豚肉	玉ねぎ・人参 バナナ かぼちゃ・キャベツ・人参・わかめ	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖	カレーフレーク・コンソメ・トマトケチャップ・醤油 コンソメ	メロンパン風トースト 牛乳	食パン・バター・卵 砂糖・小麦粉 牛乳
13	木	野菜たっぷり煮込みうどん ツナと大根のごま和え 黄桃缶	油揚げ・豚肉 ツナフレーク	白菜・玉ねぎ・人参・わかめ・万能ねぎ・だし昆布 大根・ほうれん草・人参 黄桃(缶詰)	うどん 白ごま 	だし・醤油・みりん風調味料・塩 醤油・みりん風調味料	ケチャップライスおにぎり お茶	米(国産)・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参 ドライパセリ・油・コンソメ・トマトケチャップ お茶
14	金	ごはん 魚のコーンマヨネーズ焼き ウインナーと野菜のソテー パイン缶 みそ汁	メルルーサ ウインナー 豆腐・赤みそ・白みそ	コーン ブロッコリー・玉ねぎ・人参 パイン(缶詰) キャベツ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・油・マヨネーズ 油	塩 コンソメ だし	ヨーグルトマフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・ヨーグルト・卵 牛乳
15	土	とりそぼろ丼 豆腐とキャベツのサラダ オレンジ すまし汁	鶏ひき肉 ちくわ・豆腐	玉ねぎ・しょうが・グリーンピース キャベツ・人参 オレンジ 白菜・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖 おつゆ麩	醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし・塩 青じそドレッシング(ノンオイル) だし・醤油・塩	五穀ビスケット 牛乳	五穀ビスケット 牛乳
17	月	ごはん 魚のつけ焼 大根の酢の物 みかん缶 豚汁	メルルーサ さつま揚げ 豚肉・豆腐・赤みそ・白みそ	大根・きゅうり・コーン みかん(缶詰) 人参・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・油 砂糖 じゃが芋・つきこんにゃく	醤油・みりん風調味料 酢・醤油 だし	彩りフルーツポンチ 牛乳	杏仁風デザート・バナナ 黄桃(缶詰)・白桃(缶詰) 牛乳

18	火	チキンと茄子のスパゲティ 黄桃缶 野菜たっぷりスープ	鶏肉	玉ねぎ・なす・人参・にんにく・ドライパセリ 黄桃(缶詰) かぼちゃ・キャベツ・人参・わかめ	スパゲティ・油・小麦粉・砂糖	料理酒・トマトケチャップ・ウスターソース・醤油・塩	豚と昆布のじゅーしーおにぎり	米(国産)・豚肉・調合ごま油・人参・干しいたけ・細切昆布 万能ねぎ・醤油・みりん風調味料・料理酒・和風だし お茶
19	水	【お弁当日】  					黒糖サターアンダギー	サターアンダギーミックス・砂糖・卵 牛乳・油 牛乳
20	木	ごはん 豚肉とシマナーのオイスターソース炒め ブロッコリーの和え物 オレンジ すまし汁	豚肉 さつま揚げ 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・からし菜 ブロッコリー・人参 オレンジ わかめ	米(国産) 油・砂糖・調合ごま油	オイスターソース・醤油 醤油・みりん風調味料 だし・醤油・塩	かぼちゃパンケーキ	ホットケーキミックス・かぼちゃ 牛乳・油 牛乳
21	金	ごはん 揚げ鶏のシークァーサー醤油がらめ キャベツの塩昆布和え バナナ かき玉汁	鶏肉 ツナフレーク 卵	四季柑シークァーサー キャベツ・きゅうり・人参・塩昆布 バナナ 玉ねぎ・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 小麦粉・でん粉・油・砂糖 でん粉	塩・醤油・みりん風調味料・酢 だし・醤油・塩	麩のきなこスナック	おつゆ麩・バター きな粉・砂糖 牛乳
22	土	豚きのこ丼 ササミと白菜のサラダ オレンジ みそ汁	豚肉 鶏ささみ 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・えのきたけ・人参・しめじ 白菜・人参・コーン オレンジ 玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・砂糖・でん粉 砂糖	・和風だし・みりん風調味料・醤油・料理酒 青じそドレッシング(ノンオイル) だし	ぼたぼた焼 牛乳	ぼたぼた焼き 牛乳
24	月	ごはん 魚の塩焼き トマトと胡瓜の酢の物 パイナップル みそ汁	さば ちくわ 油揚げ・赤みそ・白みそ	トマト・きゅうり パイナップル(缶詰) 白菜・万能ねぎ	米(国産) 油 砂糖	塩 酢・醤油 だし	揚げじゃがのり塩味 牛乳	じゃが芋・あおさのり 塩・油 牛乳
25	火	沖縄そば ツナとキャベツのごま和え 白桃缶	豚角煮 ツナフレーク	人参・白菜・玉ねぎ・万能ねぎ キャベツ・小松菜・人参 白桃(缶詰)	沖縄そば 白ごま	だし・沖縄そばだし 醤油・みりん風調味料	そぼろおにぎり	米(国産)・鶏ひき肉・グリーンピース・しょうが 砂糖・醤油・みりん風調味料・和風だし お茶
26	水	【おにぎりの日】 ごはん 鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーのゆかり和え バナナ 卵スープ	鶏肉 ちくわ 卵	しょうが ブロッコリー バナナ 白菜・人参・わかめ・万能ねぎ	米(国産) 砂糖・でん粉・油 でん粉	醤油・料理酒 ゆかり だし・醤油・塩	イチゴフルーチェ	フルーチェ(いちご) 牛乳 牛乳
27	木	ハヤシライス みかん缶 野菜たっぷりスープ	牛肉	玉ねぎ・人参・グリーンピース みかん(缶詰) キャベツ・人参・わかめ	米(国産)・油 じゃが芋	・ハヤシフレーク コンソメ	紅いもちんすこう	小麦粉・紅芋粉・砂糖 油・塩 牛乳
28	金	【お誕生日会】 ごはん ピザ風チキン 彩りサラダ オレンジ パンプキンクリームスープ	鶏肉・ミックスチーズ 牛乳	ピーマン・玉ねぎ オクラ・コーン・人参 オレンジ ドライパセリ	米(国産) 油 玉ねぎドレッシング	トマトケチャップ パンプキンスープの素	お楽しみケーキ	ホットケーキミックス・きな粉・油 砂糖・みかん(缶詰)・ホイップクリーム 牛乳
29	土	炒飯 ササミとキャベツのおかか和え バナナ みそ汁	鶏ひき肉 鶏ささみ・かつお節 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース キャベツ・ほうれん草・人参 バナナ 大根・玉ねぎ・万能ねぎ	米(国産)・油	中華だし・カレーパウダー 醤油・みりん風調味料 だし	星たべよ 牛乳	星型せんべい 牛乳

★献立の一部を変更することもあります

—富士フードサービス(株)—