

日 曜	AMおやつ	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 土	牛乳 (延長) お茶・クッキー	ひじきと鶏のそぼろ丼 レタスと竹輪のサラダ すまし汁	牛乳 マリービスケット	鶏ひき肉・焼き竹輪・絹 ごし豆腐・牛乳	米・砂糖・片栗粉・ごま 油・ビスケット	乾ひじき・たまねぎ・にん じん・レタス・きゅうり・ くりかぼちゃ
3 月	牛乳 (延長) お茶・せんべい	納豆チャーハン もやしときゅうりのナムル チンゲン菜のスープ みかん缶	お茶 バナナコーンフレーク	しらす干し・納豆・かつ お漬漬缶詰・牛乳	米・ごま油・いりごま・ 緑豆はるさめ・コーンフ レーク・砂糖	たまねぎ・冷凍ほうれんそ う・りょくとうもやし・ きゅうり・チンゲンサイ・ えのきたけ・みかん缶詰・ バナナ
4 火	牛乳 (延長) お茶・リッツ	ご飯 たらけのケチャップソース ほうれん草のお浸し すまし汁	牛乳 ふかし芋	たら・油揚げ・牛乳	米・片栗粉・油・砂糖・ さつまいも	たまねぎ・トマトケチャッ プ・ほうれん草・にんじ ん・まいたけ・乾わかめ
5 水	牛乳 (延長) お茶・サブレ	ご飯 鶏肉の塩焼き 卵の花炒り 中華スープ	牛乳 かぼちゃクッキー	鶏もも・鶏ひき肉・粉お から・油揚げ・絹ごし豆 腐・牛乳	米・板こんにゃく・油・ 砂糖・薄力粉・片栗粉・ 有塩バター	にんじん・乾しいたけ・ほ うれんそう・こまつな・ りょくとうもやし・冷凍く りかぼちゃ
6 木	牛乳 (延長) お茶・パイ菓子	麦ご飯 カレイの磯辺焼き キャベツのごま和え 味噌汁	お茶 豆乳みかんゼリー	まがれい・油揚げ・麦み そ・豆乳	米・押麦・砂糖・いりご ま・じゃがいも	青のり・キャベツ・にんじ ん・きゅうり・たまねぎ・ 青ねぎ・みかん缶詰
7 金	牛乳 (延長) お茶・ビスケット	スパゲティナポリタン フロッコリーのマヨ和え コンソメスープ バナナ	牛乳 人参蒸しパン	ベーコン・若鶏もも・牛 乳・鶏卵	マカロニ・スパゲティ・ オリーブ油・マヨドレ・ ホットケーキミックス・ 砂糖・油	たまねぎ・青ピーマン・ マッシュルーム水煮缶・ト マトケチャップ・フロッコ リー・にんじん・コーン・ はくさい・とうがん・バナ ナ
8 土	牛乳 (延長) お茶・クッキー	牛丼 ジャーマンポテト ほうれん草のスープ	牛乳 ビスコ	牛もも・まぐろ水煮缶 詰・絹ごし豆腐・牛乳	米・砂糖・じゃがいも・ 油・ビスコ	たまねぎ・青ねぎ・冷凍ほ うれんそう
10 月	牛乳 (延長) お茶・せんべい	ご飯 チキンカツ 大豆とひじきの煮物 中華スープ	牛乳 ジャムパン	若鶏もも・鶏卵・大豆水 煮缶詰・油揚げ・ふたひ き肉・牛乳	米・薄力粉・パン粉・ 油・砂糖・食パン・ごま 油	乾ひじき・にんじん・長ね ぎ・生しいたけ・いちご ジャム
11 火	牛乳 (延長) お茶・リッツ	ご飯 さばの香味焼き もやしのゆかり和え 味噌汁	牛乳 フライドポテト	さば・油揚げ・麦みそ・ 牛乳	米・砂糖・フライドポテ ト・油	りょくとうもやし・にんじ ん・きゅうり・赤しそひら かけ・くりかぼちゃ・たま ねぎ
12 水	牛乳 (延長) お茶・サブレ	ふりかけご飯 ハンバーグ きのこサラダ コーンスープ	牛乳 誕生日ケーキ	牛ひき肉・ふたひき肉・ 牛乳・鶏卵・豆乳・ホ イップクリーム	米・パン粉・油・オリ ブ油・砂糖・片栗粉・ス ポンジケーキ	たまねぎ・にんじん・トマ トケチャップ・キャベツ・ きゅうり・しめじ・コー ン・りんご缶詰
13 木	牛乳 (延長) お茶・パイ菓子	ご飯 豚の生姜焼き ほうれん草ともやしのおかか和え すまし汁	牛乳 桃の豆乳ゼリー	ふた肉・かつお節・生揚 げ・牛乳・豆乳	米・砂糖	たまねぎ・ほうれん草・ だいずもやし・だいこん・ にんじん・白桃缶
14 金	牛乳 (延長) お茶・ビスケット	チキンライス タラのさっぱりレモン焼き カニかまサラダ	牛乳 こしあんケーキ	鶏もも(皮なし)・たら・ かにかまぼこ・牛乳・こ しあん	七分つき米・油・薄力 粉・砂糖	たまねぎ・冷凍ミックスベ ジタブル・トマトケチャッ プ・レモン果汁・キャベ ツ・アスパラガス
15 土	牛乳 (延長) お茶・せんべい	あぶたま丼 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁	牛乳 クッキー	油揚げ・鶏ひき肉・鶏 卵・牛乳	米・三温糖・チョコイス	たまねぎ・にんじん・きゅ うり・カットわかめ・こま つな・だいこん・しめじ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミン B2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相 当量 (g)
1~2歳	488	20	18	273	1.6	188	0.27	0.45	19	3.6	1.5
3歳以上	511	21	17	223	2	189	0.3	0.41	24	4.4	1.6

令和6年

6月 給食献立表

日 曜		昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17	月	牛乳 (延長) お茶・クッキー 麦ご飯 卵焼き ツナサラダ なすの味噌汁	牛乳 じゃがいももち	鶏卵・鶏ひき肉・まぐろ 水煮缶詰・油揚げ・麦み そ・牛乳	米・押麦・砂糖・マヨ ネーズ・じゃがいも・片 栗粉・なたね油	たまねぎ・にんじん・乾し いたけ・キャベツ・きゅう り・なす・えのきたけ
18	火	牛乳 (延長) お茶・リッツ ご飯 カレイのチーズ焼き オクラとトマトのサラダ コンソメスープ	牛乳 黒ゴマちんすこう	まがれい・チーズ・牛乳	米・砂糖・オリーブ油・ 薄力粉・なたね油・ごま	オクラ・トマト・キャベ ツ・たまねぎ・にんじん・ チンゲンサイ
19	水	牛乳 (延長) お茶・サブレ どんとろけご飯 鶏の青のり焼き らかん和え すまし汁	お茶 いもぼた	豆腐・油揚げ・若鶏も も・きな粉	米・砂糖・油・さつまい も	乾しいたけ・ごぼう・にん じん・さやえんどう・青の り・切干しだいこん・にん じん・刻み昆布・冷凍ほう れんそう・たまねぎ
20	木	牛乳 (延長) お茶・パイ菓子 食パン 鮭の照り焼き 豆腐サラダ トマトスープ りんご	お茶 ごま昆布おにぎり	さけ・豆腐・大豆	食パン・三温糖・米	乾ひじき・プロックリー・ にんじん・たまねぎ・キャ ベツ・ホールトマト・りん ご・昆布佃煮
21	金	牛乳 (延長) お茶・ビスケット 麦ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 ブルーベリー蒸しパン	豆腐・ぶたひき肉・麦み そ・ロースハム・牛乳・ 鶏卵	米・押麦・ごま油・砂 糖・片栗粉・はるさめ・ ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・乾し いたけ・りょうとうもや し・きゅうり・くりかぼ ちゃ・カットわかめ・プ ルーベリージャム
22	土	牛乳 (延長) お茶・クッキー 塩焼きそば きゅうりと人参のごま和え わかめスープ	牛乳 ドーナツ	ぶたひき肉・しらす干 し・牛乳	中華めん・ごま油・砂 糖・いりごま・イースト ドーナツ	キャベツ・にんじん・青の り・きゅうり・カットわか め・たまねぎ
24	月	牛乳 (延長) お茶・せんべい ご飯 鶏肉のゴマ味噌焼き スパゲティサラダ すまし汁	牛乳 フルーチェ	若鶏もも皮なし・麦み そ・まぐろ水煮缶詰・牛 乳	米・ごま・砂糖・マカロ ニ・スパゲティ・マヨド レ・フルーチェ	きゅうり・にんじん・くり かぼちゃ・たまねぎ・ほう れんそう・みかん缶詰
25	火	牛乳 (延長) お茶・リッツ ご飯 豚肉となすの味噌炒め かぼちゃの煮物 もずくスープ パイナップル缶	牛乳 じゃがいもスコーン	ぶたもも(赤肉)・麦み そ・絹ごし豆腐・牛乳・ 豆乳	米・油・砂糖・いりご ま・じゃがいも・米粉	たまねぎ・なす・青ピーマ ン・くりかぼちゃ・もず く・パイナップル缶詰
26	水	牛乳 (延長) お茶・サブレ ロールパン ホークビーンズ 照り焼きチキン バナナ	お茶 しらすわかめおにぎり	ぶたロース・大豆水煮缶 詰・若鶏もも・しらす干 し	ロールパン・油・じゃが いも・三温糖・米	たまねぎ・にんじん・ホー ルトマト・トマトケチャ ップ・しょうが・バナナ・炊 き込みわかめ
27	木	牛乳 (延長) お茶・パイ菓子 ゆかりごはん さわらの塩こうじ焼き さつまいもサラダ 味噌汁	牛乳 ココアケーキ	さわら・絹ごし豆腐・麦 みそ・牛乳・鶏卵	米・塩こうじ・さつまい も・マヨドレ・ホット ケーキミックス・砂糖・ 油	きゅうり・にんじん・レー ズン・だいこん・こまつな
28	金	牛乳 (延長) お茶・ビスケット 冷やし中華 チンゲン菜と生揚げの煮物 りんご	牛乳 きなこパン	錦糸卵・ロースハム・生 揚げ・牛乳・豆腐・きな 粉	中華めん・砂糖・油・三 温糖・ごま油・いりご ま・ロールパン	きゅうり・チンゲンサイ・ りんご
29	土	牛乳 (延長) お茶・せんべい お子様スパゲティ 粉ふきいも 野菜スープ	牛乳 クッキー	まぐろ水煮缶詰・牛乳	マカロニ・スパゲティ・ オリーブ油・じゃがい も・クッキー	たまねぎ・ゆで冷凍ミック スベジタブル・ホールトマ ト・トマトケチャップ・パ セリ・冷凍ほうれんそう・ にんじん

※仕入れの都合により献立を変更する場合があります。