



令和7年度6月献立表



なかよしこども園

日	曜	昼食	原材料	おやつ
2	月	ご飯 ミートボール 高野豆腐の煮物 里芋のすまし汁	米 ミートボール・ブロッコリー 高野豆腐・人参・えだまめ・だし・醤油・みりん・砂糖 里芋・ほうれん草・すまし汁	牛乳 フレンチトースト ウエハース (1歳)
3	火	ご飯 豚肉とビーフンの炒め物 揚げ餃子 小松菜の味噌汁	米 豚肉・玉ねぎ・人参・いんげん・ビーフン・だし・醤油・砂糖・みりん・油 餃子・油 小松菜・えのき・味噌汁	牛乳 ツナマヨサンド フルーツポンチ (1歳)
4	水	おじゃこご飯 ハンバーグ ポテトサラダ マカロニスープ	米・いりこ ハンバーグ・ケチャップ ポテトサラダ マカロニ・しろな・コンソメスープ	牛乳 バナナ
5	木	中華丼 焼売 春雨のスープ	米・豚肉・白菜・人参・椎茸・スナップエンドウ・鶏ガラ・醤油・砂糖・酒・片栗粉・ごま油 焼売 春雨・大根葉・鶏ガラスープ	牛乳 クリームパン マシュマロサンド (1歳)
6	金	ご飯 サーモンタルタル焼き きんぴらごぼう さつまいもの味噌汁	米 鮭・タルタルソース 牛蒡・れんこん・人参・ごま油・だし・醤油・砂糖・いりごま さつまいも・ねぎ・味噌汁	牛乳 ポテトグラタン きらきらコーンのおほしさま (1歳)
7	土	麻婆丼 かぶのすまし汁	米・豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・椎茸・グリーンピース・生姜・鶏ガラ・醤油・味噌・砂糖・片栗粉 かぶ・ほうれん草・すまし汁	カルシウムせんべい
9	月	ご飯 アジフライ ひじきの煮物 かぼちゃの味噌汁	米 アジフライ・油・中濃ソース・ブロッコリー・たまねぎドレ ひじき・人参・大豆・だし・醤油・砂糖・みりん キャベツ・かぼちゃ・味噌汁	牛乳 さつまいも蒸しパン シュガーラッカー (1歳)
10	火	エビピラフ スパニッシュオムレツ かぼちゃサラダ 冬瓜の味噌汁	米・むぎえび・インゲン・人参・塩コショウ・油・コンソメ 卵・じゃがいも・たまねぎ・グリーンピース・ハム (卵)・コンソメ・塩・砂糖・油 パンピングサラダ・ブロッコリー 冬瓜・ねぎ・味噌汁	牛乳 ミニポテト
11	水	牛丼 小松菜のツナ和え 里芋のすまし汁 バナナ	米・牛肉・玉ねぎ・醤油・砂糖・だし 小松菜・人参・ツナ・だし・醤油・砂糖 さといも・しめじ・ねぎ・すまし汁 バナナ	牛乳 ビザトースト いちごゼリー (1歳)
12	木	キーマカレー ブロッコリーサラダ りんごヨーグルト	米・ミンチ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・油・カレールウ ブロッコリー・コーン・和風ドレッシング ヨーグルト・砂糖・りんご缶	牛乳 大学芋
13	金	おじゃこご飯 すき焼き風煮 じゃがいものきんぴら かぶのすまし汁	米・いりこ 牛肉・玉ねぎ・しらす・白菜・焼き豆腐・だし・醤油・砂糖・酒・みりん・油 じゃがいも・人参・いんげん・だし・醤油・砂糖・油 かぶ・ほうれん草・すまし汁	牛乳 さつまいももち 〈さつまいも・米粉・砂糖・豆乳・ 塩・きな粉〉
14	土	焼き鳥丼 大根の味噌汁	米・鶏肉・小麦粉・玉ねぎ・醤油・酒・みりん・油・のり 大根・ワカメ・味噌汁	たべっこベイビー

日	曜	昼食	原材料	おやつ
16	月	ご飯 チキン南蛮 冬瓜の煮物 肉団子のスープ	米 チキン南蛮・油・キャベツ・玉ねぎドレ 冬瓜・人参・厚揚げ・いんげん・だし・醤油・みりん・砂糖 うまい菜・チキンボール・コンソメスープ	牛乳 ワッフルシュガー かっぱえびせん (1歳)
17	火	肉じゃが キャベツのソテー 大根のすまし汁	米 牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・しらす・きぬさや・油・だし・醤油・みりん・砂糖 キャベツ・ほうれん草・ベーコン・黄ピーマン・コンソメ・油 大根・ねぎ・すまし汁	牛乳 マシュマロサンド 〈クラッカー・マシュマロ〉
18	水	ご飯 ささみの天ぷら 白菜のクリーム煮 玉ねぎの味噌汁	米 ささみ・塩・天ぷら粉・油 白菜・人参・ハム・シチュールウ 玉ねぎ・油揚げ・ワカメ・味噌汁	牛乳 バナナヨーグルト バナナ (1歳)
19	木	麻婆丼 ほうれん草のナムル じゃがいものすまし汁 オレンジ	米・豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・椎茸・グリーンピース・生姜・油・鶏ガラ・醤油・砂糖・赤味噌・ 片栗 ほうれん草・もやし・赤ピーマン・醤油・砂糖・酢・ごま油 じゃがいも・ワカメ・すまし汁	牛乳 ポテトグラタン マンナウエハース (1歳)
20	金	おじゃこご飯 金目鯛の野菜あんかけ 白菜のかにかま和え 豆腐の味噌汁	米・いりこ 金目鯛・白菜・人参・もやし・だし・醤油・砂糖・みりん・油・片栗粉 白菜・かにかま・昆布つゆ・砂糖 豆腐・小松菜・味噌汁	牛乳 フレンチトースト フルーツミックス (1歳)
21	土	ハヤシライス ブロッコリーサラダ	米・牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・ハヤシフレーク ブロッコリー・イタリアン野菜・和風ドレッシング	かっぱえびせん
23	月	ご飯 コロッケ ほうれん草ののり和え 里芋の味噌汁	米 牛肉コロッケ・中濃ソース・油・キャベツ・玉ねぎドレ ほうれん草・人参・油揚げ・だし・醤油・砂糖・のり 里芋・チンゲン菜・味噌汁	牛乳 フライドポテト
24	火	ご飯 さわらの蒲焼き マカロニサラダ 冬瓜のすまし汁	米 さわら・塩・醤油・みりん・砂糖 マカロニ・ハム・人参・きゅうり・マヨネーズ・フレンチドレ・塩コショウ 冬瓜・大根葉・すまし汁	牛乳 チョコパン フルーツポンチ (1歳)
25	水	ポークカレー 小松菜のボン酢和え みかんヨーグルト	米・豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・カレールウ 小松菜・えのき・砂糖・ボン酢 ヨーグルト・砂糖・みかん缶	牛乳 ビザまん
26	木	ご飯 唐揚げ 人参しりしり オニオンスープ	米 唐揚げ・キャベツ・玉ねぎドレ 人参・ツナ・醤油・砂糖・みりん・ごま油 玉ねぎ・ワカメ・オニオンスープ	牛乳 ココアババロア マシュマロサンド (1歳)
27	金	ご飯 オムレツ かぼちゃのそぼろあん オニオンスープ	米 オムレツ・ケチャップ かぼちゃ・えだまめ・大豆ミンチ・だし・醤油・砂糖・みりん・片栗粉 玉ねぎ・ワカメ・オニオンスープ	牛乳 きなこ揚げパン 野菜と果物のゼリー (1歳)
28	土	二色丼 えのきの味噌汁	米・かつおフレーク・ほうれん草・昆布つゆ うまい菜・えのき・味噌汁	ソフトサラダ
30	月	炊き込みご飯 肉うどん ちくわの磯辺揚げ	米・油揚げ・人参・いんげん・椎茸・だし・醤油・みりん・塩・油 うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・小松菜・だし・昆布だし・醤油・みりん・塩 ちくわ・天ぷら粉・青さのり・油	牛乳 オレンジ

ただしいしせいでたべてますか？

正しい姿勢で食事ができるように、食事環境を見直してみましょう。
テーブルやイスの高さが合っていないと足をブラブラしてしまうなどして食事に集中できません。
足の下に台を置くなどして、ふらつかないように工夫してみましょう。また、おもちゃなど子どもが気になるものが視界に入らないようにすることも大切です。



◆アレルギー表記は対象者に向けての記載ですので、全ての表示ではありません。

※1～2歳児以下の朝のおやつは牛乳と市販のお菓子になります。

1歳児：たべっこビスケット・星たべよ・ソフトサラダ

2歳児：アスパラガスビスケット・マンナビスケット・ちょぼちょぼクッキー
たべっこビスケット・星たべよ

※おやつのお赤字は手作りです。

※仕入れなどの都合により、献立を変更する場合があります。