



6月予定献立表

2025.6月 聖隷こども園こうのとり富丘

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

※栄養価は上段: 幼児食、下段: 乳児食を表記しています。

日付	曜日	行事	献立名	おやつ		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
				乳児・午前	乳幼児・午後				
2	月		ごはん 魚の照焼き 納豆和え みそ汁(じゃが芋・わかめ) バナナ お茶	お茶	牛乳	601	23.3	16.6	1.7
3	火		◎モチコチキンハンバーガー トマト コーンスープ バイン缶 牛乳	チーズ	オートミールクッキー	478	19.8	15.1	1.5
4	水		ごはん えのき入り鶏つくね 春雨サラダ みそ汁(なす・油あげ) キウイ お茶	お茶	豆乳	619	22.2	21.5	1.7
5	木		大塚の味ソースやきそば 南瓜サラダ オレンジ 牛乳	お茶	プリン	496	17.2	16.4	1.2
6	金		ちらし寿司 大豆の青のり炒め ごま和え すまし汁(豆腐・えのき) メロン お茶	ヨーグルト	きなこラスク	588	24.0	16.4	1.3
7	土		スパゲッティーナボリタン フルーツ コンソメスープ 豆乳	クラッカー	じゃが芋のソースおやき	469	16.9	13.6	1.6
9	月		ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め トマト すまし汁(大根・えのき) オレンジ お茶	お茶	お菓子	408	14.5	12.0	1.3
10	火		食パン 魚のにんじんマヨ焼き バインサラダ ミネストローネスープ バナナ 牛乳	お茶	お茶	512	20.2	16.1	1.1
11	水	花持ち寄り	ごはん 揚げないコロッケ ◎スティック野菜 みそ汁(青菜・豆腐) バイン缶 お茶	お茶	お茶	419	16.7	13.2	1.0
12	木	花の日礼拝・訪問	冷やし中華 竹輪のいそべ焼き 南瓜のグリル メロン 豆乳	お茶	お茶	554	23.2	17.0	1.5
13	金	花の日訪問	ごはん 野菜たっぷり夏マーボー ◎とうもろこし 中華スープ バナナ お茶	クラッカー	のりまき(乳児はおにぎり)	452	17.8	15.2	1.1
14	土		チャーハン 豆腐のスープ フルーツ 豆乳	お茶	お茶	607	19.7	21.3	1.7
16	月		ごはん ミートローフ マカロニサラダ みそ汁(もやし・わかめ) オレンジ お茶	バナナ	米ぼん	487	16.0	17.3	1.4
17	火		ツナサンド 夏野菜のグリル(ガーリック風味) トマト チキンスープ キウイ 牛乳	お茶	お茶	628	25.2	20.6	2.5
18	水		ごはん 焼き魚 ひじきの炒り煮 みそ汁(青菜・玉ねぎ) バナナ お茶	ヨーグルト	スイートポテトトースト	518	22.3	18.4	2.0
19	木		醤油ラーメン ◎ごぼうサラダ チーズ メロン お茶	お茶	お茶	610	24.9	18.0	1.1
20	金		ごきつねごはん 大学南瓜 ねばねばお野菜 豚汁 バイン缶 お茶	チーズ	マカロニきなこ	490	21.5	16.5	1.1
21	土	保育園 保育学会	パン2種 ポトフ ゼリー フルーツ 豆乳	お茶	お茶	455	14.2	9.1	1.3
23	月		ごはん 魚のみそ煮 ナムル すまし汁(豆腐・大根) バイン缶 お茶	お菓子	お菓子	370	11.9	8.3	1.0
24	火	食育(年長)	食パン 鶏肉のバジル焼き ズッキーニのソテー じゃが芋のスープ オレンジ 牛乳	お茶	お茶	628	22.8	20.8	1.6
25	水		夏野菜たっぷりババカレー えほん フルーツポンチ 牛乳	チーズ	バナナ・ビスケット	504	19.8	18.7	1.5
26	木		冷やしうどん 金時煮豆 ◎とうもろこし りんご 豆乳	お茶	お茶	554	22.3	16.2	1.2
27	金		わかめごはん ウインナーとキャベツの卵焼き なすのみそ炒め すまし汁(青菜・人参) キウイ お茶	せんべい	きなこおはぎ	430	16.8	12.5	1.0
28	土		ハヤシライス コールスローサラダ ゼリー フルーツ 豆乳	お茶	お茶	487	22.8	9.8	1.5
30	月		ごはん 鶏肉のさっぱり甘酢ソース ブロッコリー みそ汁(キャベツ・油あげ) バイン缶 お茶	クラッカー	お菓子	416	18.7	10.3	1.4
				お茶	お茶	562	23.0	19.9	2.2
				ヨーグルト	ジャムサンド	425	18.4	15.5	1.5
				豆乳	お茶	617	20.6	14.7	1.4
				バナナ	みず	555	19.6	15.4	1.2
				お茶	お茶	466	16.0	9.8	1.4
				お菓子	お菓子	419	14.1	9.0	1.2
				お茶	お茶	540	21.5	16.0	1.4
				お茶	お茶	408	16.4	11.8	1.1
				お茶	お茶	516	19.8	19.2	1.8
				お茶	お茶	460	17.8	18.9	1.3
				お茶	お茶	698	20.9	23.6	1.6
				お茶	お茶	559	18.3	20.8	1.5
				お茶	お茶	537	23.5	13.3	1.2
				ヨーグルト	お茶	477	21.8	13.2	1.0
				お茶	お茶	653	20.1	26.7	1.9
				バナナ	豆乳アイスクリーム・クラッカー	539	16.5	22.0	1.5
				お茶	お茶	673	18.0	20.3	1.5
				お菓子	お菓子	553	15.2	17.1	1.2
				牛乳	お茶	527	21.5	12.6	1.1
				牛乳	フルーツシャーベット	497	20.4	14.3	1.1

※つくし組(完了食)のおやつは表記と異なりますのでサンプルケースをご確認ください。

仕入れの都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

★今月の絵本献立をご紹介します★

『ババ・カレー』(ほるぷ出版)

今年も6月の絵本献立で紹介するのは、バナナが入るババカレーです。毎年子どもたちに好評で、普段は野菜を苦手とする子どもでもモリモリと食べてくれるので嬉しいです。

夏野菜をたっぷり入れた特製カレーで作ります。ご家庭と一緒に作ってみませんか?バナナをつぶす作業ならジッパー付き袋に入れて低年齢の子でもできますよ。

【材料】

豚ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、とまと、なす、いんげん、バナナ、にんにく、生姜、カレールー

★20日の献立「ねばねばお野菜」では、モロヘイヤが初登場します。

