



30年度(6月) 給食献立表



認定こども園 一津屋愛育園

日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
			15:00 おやつ	
1日 (金)	卵とじうどん 小松菜とちくわのミックスサラダ オレンジ	うどん・卵・鶏肉・玉ねぎ・しいたけ・人参・油揚げ・青ねぎ・醤油・みりん・酒・昆布・かつお節・片栗粉/ちくわ・小松菜・キャベツ・もやし・コーン・人参・マヨネーズ/オレンジ	牛乳 ビスコ 牛乳 セサミハーベスト	566 21.6 12.9 2.2
2日 (土)	ウインナーコルネ 牛乳 ホワイトミルク ヨーグルト	ウインナーコルネ/ホワイトミルク/牛乳/ヨーグルト	牛乳 お子様せんべい きな粉餅せんべい	566 162 18.2 1.1
4日 (月)	バターロール 牛乳 クリームシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ オレンジゼリー	バターロール/牛乳/鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・クリームシチュールー・牛乳・バター・塩/ベーコン・ブロッコリー・もやし・人参・コーン・マヨネーズ・酢・砂糖・醤油/オレンジゼリー	牛乳 マンナ フルーツヨーグルト	568 19.1 17.8 1.4
5日 (火)	白身魚とごぼうの炊き込みご飯 人参の金平 小松菜とコーンの味噌汁 バナナ	米・カレー・ごぼう・人参・醤油・塩・酒/ちりめんじゃこ・人参・砂糖・みりん・醤油・白ごま・ごま油・油/小松菜・玉ねぎ・もやし・コーン・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ/バナナ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 バターロールの ジャムサンド	566 16.8 12.5 1.7
6日 (水)	焼きそば 鮭とキャベツのサラダ ニラ玉スープ	中華麺・豚肉・ちくわ・キャベツ・玉ねぎ・人参・ソース・ごま油・油・かつお節・青のり/鮭・キャベツ・コーン・人参・酢・砂糖・醤油・白味噌・マヨネーズ/卵・ニラ・コンソメ・醤油	牛乳 お子様せんべい 牛乳 小魚 黒糖スナック	567 25.5 12.4 2.1
7日 (木)	★にこにこ給食★ わかめご飯 鶏肉の塩焼き 白菜のゆかり和え 具沢山味噌汁	米・わかめふりかけ/鶏肉・塩/白菜・油揚げ・ゆかり・醤油/キャベツ・玉ねぎ・大根・木綿豆腐・人参・青ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	プルーンジュース ソフト塩せんべい プルーンジュース 芋けんぴ	567 19.8 9.7 2.3
8日 (金)	親子丼 ちりめんじゃこ入り わかめと胡瓜の酢の物 オレンジ	米・卵・鶏肉・かまぼこ・玉ねぎ・青ねぎ・醤油・砂糖・かつお節/ちりめんじゃこ・わかめ・胡瓜・もやし・酢・砂糖・醤油/オレンジ	牛乳 シガーフライ 牛乳 キャロットケーキ	565 22.4 12.7 2.0
9日 (土)	<保育参加(0・1・2歳児)・試食会> 大豆ご飯 白身魚のあおさ焼き ちくわともやしの炒め物 季節の野菜の味噌汁	米・大豆・人参・醤油・砂糖・塩/カレー・あおさ・塩/ちくわ・もやし・人参・砂糖・みりん・醤油・白ごま・ごま油・油/油揚げ・豆苗・しめじ・玉ねぎ・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	牛乳 お子様せんべい 牛乳 えびみりん	566 25.6 12.8 1.9
11日 (月)	カレーうどん ひじきとさつま芋のサラダ バナナ	うどん・鶏肉・油揚げ・玉ねぎ・青ねぎ・カレールー・醤油・みりん・昆布・かつお節/ツナ・ひじき・さつま芋・コーン・酢・砂糖・白味噌・マヨネーズ/バナナ	牛乳 満月ボン 牛乳 きな粉餅せんべい	566 16.6 14.6 2.4
12日 (火)	<お誕生日会> 散らし寿司 具沢山すまし汁 オレンジ	米・卵・ちりめんじゃこ・かまぼこ・人参・高野豆腐・干しいたけ・グリーンピース・酢・砂糖・塩/木綿豆腐・玉ねぎ・もやし・大根・白菜・人参・醤油・塩・昆布・かつお節/オレンジ	牛乳 ビスコ 牛乳 フルーツクリーム サンド	566 21.0 14.4 1.8
13日 (水)	バターロール 牛乳 グリルチキン ミックスサラダ 野菜スープ	バターロール/牛乳/鶏肉・醤油・みりん・砂糖・白ごま/ツナ・キャベツ・コーン・人参・もやし・胡瓜・酢・砂糖・醤油・塩・マヨネーズ/白菜・玉ねぎ・もやし・人参・コーン・コンソメ・醤油	牛乳 マンナ 小魚 野菜のかりんとう	566 25.4 18.9 1.4
14日 (木)	★にこにこ給食★ きのこ入り炊き込みご飯 ひじきと豚肉のサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	米・鶏肉・しいたけ・しめじ・人参・こんにゃく・油揚げ・醤油・塩・酒/豚肉・ちくわ・ひじき・キャベツ・人参・酢・砂糖・練りごま・ごま油/木綿豆腐・玉ねぎ・もやし・わかめ・醤油・塩・昆布・かつお節	プルーンジュース ソフト塩せんべい プルーンジュース みたらし団子 (0・1・2歳児 バナナ サクッとあられ)	566 14.7 10.7 2.5
15日 (金)	ご飯 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 なすと油揚げの味噌汁	米/鮭・塩/ちくわ・切干大根・人参・砂糖・みりん・醤油・かつお節/油揚げ・なす・玉ねぎ・青ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 クロワッサンのブルーベリージャムサンド	566 21.6 19.1 1.5

日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 鉄(mg)
			15:00 おやつ	
16日 (土)	中華丼 わかめとコーンのスープ バナナ	米・豚肉・白菜・チンゲン菜・玉ねぎ・しいたけ・人参・醤油・中華だし・塩/わかめ・コーン・もやし・人参・コンソメ・醤油/バナナ	牛乳 お子様せんべい	565 15.1
			牛乳 きな粉餅せんべい	8.9 1.6
18日 (月)	野菜たっぷりちゃんぽん ひじきと大豆のサラダ バナナ	中華麺・豚肉・ちくわ・キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参・青ねぎ・白湯/ひじき・大豆・ちくわ・胡瓜・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油・油/バナナ	牛乳 シガーフライ	567 20.3
			牛乳 マカロニきな粉	15.2 2.4
19日 (火)	ハヤシライス 福神漬け もやし他の中華風ごま酢和え ヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・人参・ハヤシライスルウ/福神漬け/もやし・人参・胡瓜・わかめ・酢・砂糖・醤油・ごま油・白ごま/ヨーグルト	牛乳 サクッとあられ	566 16.0
			牛乳 ソフト塩せんべい	11.7 1.5
20日 (水)	ビビンバ 豆腐としめじのスープ オレンジ	米・鶏挽肉・大根・人参・小松菜・もやし・酢・醤油・砂糖・ごま油・白ごま/木綿豆腐・玉ねぎ・しめじ・もやし・人参・わかめ・コンソメ・醤油/オレンジ	牛乳 満月ポン	565 19.1
			牛乳 小魚 ミレービスケット	16.9 2.3
21日 (木)	★にこにこ給食★ ご飯 鶏肉の照り焼き 三度豆とキャベツの胡麻和え 小松菜とちくわのすまし汁	米/鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒/三度豆・キャベツ・人参・酢・砂糖・醤油・練りごま・白ごま/ちくわ・小松菜・玉ねぎ・人参・醤油・塩・昆布・かつお節	プルーンジュース 黒糖スナック	565 23.4
			プルーンジュース 枝豆 えびみりん	5.9 2.9
22日 (金)	食パン 牛乳 白身魚のフライ タルタルソース 豆苗とコーンのスープ 一口チーズ	食パン/牛乳/カレイ・塩・小麦粉・卵・パン粉・油/卵・胡瓜・玉ねぎ・塩・マヨネーズ・トマトケチャップ/豆苗・玉ねぎ・コーン・人参・コンソメ・醤油/チーズ	牛乳 動物ビスケット	566 27.5
			ちりめんじゃこ入り おにぎり	18.9 1.1
23日 (土)	ダブルウインナーパン 牛乳 ミニ黒糖ツイスト ヨーグルト	ダブルウインナーパン/ミニ黒糖ツイスト/牛乳/ヨーグルト	牛乳 マンナ	566 16.8
			ソフト塩せんべい	13.3 1.2
25日 (月)	バターロール 牛乳 ビーフシチュー 大根サラダ ぶどうゼリー	バターロール/牛乳/牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ビーフシチュールウ/ツナ・大根・人参・酢・砂糖・醤油・塩・マヨネーズ/ぶどうゼリー	牛乳 ビスコ	566 17.3
			小魚 芋けんぴ	18.7 1.9
26日 (火)	ご飯 鮭の西京焼き ピーマンのおかか和え 豆腐と玉ねぎのすまし汁	米/鮭・白味噌・砂糖・みりん・酒/ちりめんじゃこ・ピーマン・パプリカ・醤油・糸かつお/木綿豆腐・玉ねぎ・もやし・人参・わかめ・醤油・塩・昆布・かつお節	牛乳 シガーフライ	565 24.6
			牛乳 ピーナッツ& ジャムサンド	15.6 1.4
27日 (水)	冷やし中華風 アスパラとキャベツの胡麻和え バナナ	中華麺・豚挽肉・人参・胡瓜・もやし・卵・酢・砂糖・醤油・ごま油/アスパラガス・キャベツ・コーン・人参・酢・砂糖・醤油・練りごま・白ごま/バナナ	牛乳 満月ポン	567 22.1
			牛乳 もち小丸	14.1 1.7
28日 (木)	★にこにこ給食★ ひじきご飯 高野豆腐の含め煮 具沢山味噌汁	米・鶏挽肉・こんにゃく・ごぼう・人参・ひじき・砂糖・醤油・かつお節/高野豆腐・グリーンピース・砂糖・醤油・みりん・かつお節/油揚げ・ほうれん草・もやし・玉ねぎ・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	プルーンジュース ソフト塩せんべい	566 23.1 11.6 5.4
			プルーンジュース 豆腐団子 きな粉添え (0・1・2歳児 バナナ サクッとあられ)	
29日 (金)	夏野菜カレー 福神漬け 胡瓜と人参のスティックサラダ パイナップル	米・牛肉・かぼちゃ・トマト・パプリカ・なす・玉ねぎ・カレールウ/福神漬け/胡瓜・人参・マヨネーズ/パイナップル	牛乳 お子様せんべい	566 14.9
			牛乳 三角ホットケーキ	13.0 2.1
30日 (土)	五目うどん バナナ 一口チーズ	うどん/鶏肉・玉ねぎ・油揚げ・人参・しいたけ・醤油・みりん・酒・昆布・かつお節/バナナ/チーズ	牛乳 マンナ	566 19.1
			牛乳 動物ビスケット	12.1 1.3

*献立表の栄養価は4歳児を基準に記載しています。

*仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。ご了承下さい。

*パン粉は、卵・乳製品を含まないものを使用しています。

*赤味噌と白味噌は小麦を含まない味噌を使用しています。

*18:30のおやつはソフト塩せんべい・サクッとあられ・芋けんぴ・黒糖スナック・を提供しています。