2025年度 6月普通食 予定献立

かえて保育園

日・曜	献立名	材 料	おやつ	日・曜	献立名	材 料	おやつ
2日 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き/そら豆 スパゲティサラダ すまし汁	米 鶏もも肉、じゃがいも、そら豆(だいちのみ)、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉 スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 えのき、たまねぎ、小松菜、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 選べるホットケーキ (ホットケーキミックス、 豆乳、バター、いちごジャム)	18日 (水)	ハヤシライス コールスローサラダ チーズ バナナ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、米穀、トマト缶、砂糖、ウスターソース、コンソメ キャベツ、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 チーズ バナナ	牛乳 ポールドーナツ (ホットケーキミックス、 絹ごし豆腐、砂糖、 グラニュー糖)
3日 (火)	ごはん 鮭の香味ソース焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁	米 鮭、ねぎ、小麦粉、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、白ごま、かつお節布だし ほうれん草、納豆、にんじん、えのき、しょうゆ たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	19日 (木)	肉うどん ひじきの煮物 いりこ	うどん、豚肉、かまぼこ、しょうが、鶏ねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、塩 ひじき、うすあげ、にんじん、大豆、板こんにゃく、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん いりこ	牛乳 ずいか/せんべい
4日 (水)	ごはん 厚揚げのツナマヨ焼き きゅうりとちやしの和え物 すまし汁 ゼリー	米 厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、マヨネーズ、青のり、かつお節布だし、しょうゆ、みりん きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩、油 たまねぎ、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 きなこおもち (さつまいも、きなこ、砂糖)	20日 (金)	四色丼 きゅうりの酢の物 すまし汁 ゼリー	米、鶏ひき肉、しょうが、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、塩 きゅうり、にんじん、わかめ、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、かつお節布だし、酒、しょうゆ、塩 ゼリー	牛乳 水ようかん/ビスケット (あんこ、梅干、砂糖)
5日 (木)	カレーうどん キャベツとトマトのじゃこ和え いりこ バナナ	うどん、豚肉、にんじん、たまねぎ、ねぎ、うすあげ、カレールウ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒、片栗粉 キャベツ、にんじん、きゅうり、もやし、しらす干し、トマト、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 いりこ バナナ	牛乳 お粥のラスク (納豆、砂糖、バター)	21日 (土)	同園会		
6日 (金)	ごはん/納豆 鷹の野菜あんかけ コロコロサラダ すまし汁	米、納豆 鷹、にんじん、たまねぎ、かつお節布だし、砂糖、酢、しょうゆ、小麦粉、片栗粉 にんじん、きゅうり、じゃがいも、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 チーズトースト (食パン、マヨネーズ、 ピザチーズ)	23日 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き もやしとわかめの酢の物 すまし汁	米 鶏もも肉、じゃがいも、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉 もやし、きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、たまねぎ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 菓子パン
7日 (土)	チャーハン もやしのごま和え すまし汁 ゼリー	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま油、塩 もやし、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ	24日 (火)	ごはん/手作りふりかけ 豆腐ハンバーグ 野菜とツナのサラダ みそ汁	米、こんぶ、かつおぶし、白ごま、しょうゆ、砂糖 鶏ひき肉、木綿豆腐、えのき、しょうが、ひじき、砂糖、酒、しょうゆ、みりん、片栗粉 キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 大学芋 (さつまいも、砂糖、 しょうゆ、酢)
9日 (月)	ごはん 鮭の味噌煮 きゅうりとわかめのごま和え すまし汁	米 鮭(乳児はアカウオ)、しょうが、米みそ、砂糖、みりん、酒 きゅうり、もやし、わかめ、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 じゃがいも、うすあげ、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 ぶどうゼリー/ビスケット (ぶどう果汁、糖天、 砂糖、もち豆)	25日 (水)	カレーライス 野菜のごまマヨサラダ チーズ ゼリー	米、豚肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しめじ、大豆、りんご、カレールウ きゅうり、にんじん、キャベツ、白ごま、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 チーズ ゼリー	お茶 バナナヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、 バナナ、コーンフレーク)
10日 (火)	まごはん 鶏肉のさっぱり煮 白和え すまし汁 バナナ	米、押し麦 鶏もも肉、豚、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ 木綿豆腐、にんじん、ほうれん草、ひじき、糸こんにゃく、白ごま、米みそ、砂糖、しょうゆ、みりん うすあげ、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 バナナ	牛乳 焼きじゃが (じゃがいも、青のり、 塩、油)	26日 (木)	冷やし中華 煮豆 いりこ バナナ	中華麺、鶏ささみ、きゅうり、もやし、卵、トマト、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 金時豆、砂糖 いりこ バナナ	牛乳 コロコロラスク (食パン、砂糖、バター)
11日 (水)	ごはん 肉じゃが 小松菜のおかか和え みそ汁	米 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、いんげん、かつお節布だし、しょうゆ、酒、砂糖、みりん 小松菜、にんじん、うすあげ、しょうゆ、みりん、かつおぶし 絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 あんこパイ (パイシート、あんこ)	27日 (金)	ごはん 鮭の塩焼き きゅうりとにんじんの和え物 すまし汁	米 鮭(乳児はアカウオ)、塩 きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 はくさい、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 選べる市販菓子
12日 (木)	しょうゆラーメン 野菜とじゃこのサラダ 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏もも肉、もやし、コーン缶、わかめ、かつお節布だし、酒、しょうゆ、砂糖、みりん、塩、ごま油 きゅうり、キャベツ、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 金時豆、砂糖 ゼリー	牛乳 おはぎ (米、もち米、さくらんぼ)	28日 (土)	お弁当日		
13日 (金)	ごはん/ひじき納豆 豚肉となすのみそ炒め もやしの和え物 すまし汁	米、納豆、ひじき、しょうゆ 豚肉、なす、にんじん、たまねぎ、キャベツ、米みそ、しょうゆ、砂糖、みりん もやし、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、 粉チーズ、マヨネーズ、 青のり)	30日 (月)	ごはん/納豆 アカウオの竜田揚げ キャベツとコーンの和え物 みそ汁	米、納豆 アカウオ、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、小麦粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 じゃがいも、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお節布だし、米みそ	牛乳 マッシュマロクラッカー (クラッカー、マッシュマロ) 乳児はクラッカー/チーズ
14日 (土)	中華丼 きゅうりの酢の物 みそ汁 ゼリー	米、豚肉、はくさい、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、酒 きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、米みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ				
16日 (月)	ごはん 鮭の照り焼き きゅうりのごま酢和え みそ汁	米 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉 きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、米みそ	お茶 フルーツヨーグルト/せんべい (ヨーグルト、砂糖、 バナナ、もち豆、 みかん缶)				
17日 (火) 誕生日会	ごはん/ミネラルふりかけ 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ ゼリー	米、いりこ、しょうゆ、酢、青のり、白ごま 鶏もも肉、しょうが、酒、しょうゆ、小麦粉、片栗粉 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、ペーコン、キャベツ、ズッキーニ、かつお節布だし、酒、しょうゆ、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (米粉、砂糖、油、ホイップ、 卵、ベーキングパウダー、 みかん缶、バナナ)				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・手けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※1、2歳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。
 ※0、1歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング
 (酢、砂糖、塩、油)を提供しています。

お部屋の部屋：H先生・K先生