



日 曜	午前おやつ (麦茶)	主 食	副 食 (牛乳)	主 な 食 材	午後おやつ (麦茶)
1 月	揚げせんべい	こぶごはん	みそ汁、チンジャオロース、さつまいもの甘煮、オレンジ	にんじん、かぶ、ほうれんそう、豚肉、ピーマン、たけのこ、赤パプリカ、さつまいも、オレンジ	うさぎのしっぽ、ウエハース
2 火	ミレービスケット	ハヤシライス	ごぼうサラダ、ベビーチーズ、りんご	にんじん、たまねぎ、しめじ、エリンギ、豚肉、ハヤシルウ、ごぼう、きゅうり、ツナ、コーン、ごま、チーズ、りんご	国きなこフレンチトースト
3 水	塩せんべい	きつねうどん	豚肉となすのみそ炒め、にんじんといんげんのカレーマヨ和え、バナナ	大根、にんじん、油あげ、しいたけ、ねぎ、豚肉、なす、ピーマン、いんげん、ツナ、カレー粉、バナナ	うの花あげ、バウムクーヘン
4 木	どうぶつバタービスケット	ごましおごはん	豆腐のみそ汁、カジキの竜田揚げ、ほうれんそうのおひたし、りんご	なめこ、ねぎ、にんじん、豆腐、カジキ、ほうれんそう、えのき、油あげ、りんご	プチスティック、ひねり揚げ
5 金	きかん棒	コッペパン	たまねぎスープ、メンチカツ、ブロッコリーサラダ、オレンジ	ベーコン、たまねぎ、にんじん、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、パン粉、ブロッコリー、チーズ、オレンジ	しょうゆせんべい、アニマルビスケット
8 月	えびせん	豚丼	切干大根、キャンディチーズ、バナナ	豚肉、たまねぎ、にんじん、ねぎ、みつば、切干大根、油あげ、いんげん、チーズ、バナナ	うさぎのしっぽ、胚芽クッキー
9 火	メープルかりんと	食パン	春雨スープ、タンドリーチキン、ブロッコリー(ツナマヨドレ)、オレンジ	春雨、ねぎ、白菜、にんじん、えのき、鶏肉、ヨーグルト、カレー粉、ブロッコリー、ツナ、オレンジ	きなこせんべい、星せんべい
10 水	ビスコ	にんじんごはん	豆腐のみそ汁、豚肉のしょうが焼き、マロニーサラダ、りんご	にんじん、大根、ニラ、豆腐、豚肉、たまねぎ、りんご、マロニー、きゅうり、かにかま、コーン	やさいせんべい、ウエハース
11 木	揚げせんべい	ナポリタン	じゃがいもときのこのチーズ焼き、小松菜とコーンのソテー、バナナ	ウインナー、たまねぎ、ピーマン、にんじん、じゃがいも、しめじ、えのき、チーズ、小松菜、コーン、バナナ	国ヨーグルト、こざかなぼん
12 金	塩せんべい	おかかごはん	みそ汁、れんこんとさつまいもと豚肉の甘辛炒め、マカロニサラダ、オレンジ	にんじん、たまねぎ、大根、じゃがいも、れんこん、さつまいも、豚肉、マカロニ、きゅうり、コーン、かにかま、オレンジ	プチマドレーヌ、のりせんべい
15 月	花せんべい	二色丼	すまし汁、フライドポテト、切昆布とちくわの煮物、りんご	鶏ひき肉、卵、花ふ、大根、豆腐、にんじん、切昆布、しいたけ、ちくわ、じゃがいも、りんご	クラッカー、アニマルビスケット
16 火	やさいせんべい	ごはん	具だくさんみそ汁、鮭の西京焼き、ひじきの煮物、オレンジ	にんじん、ごぼう、キャベツ、ねぎ、鮭、ひじき、いんげん、糸こんにやく、れんこん、オレンジ	カルシウムクッキー、ひねり揚げ
17 水	きなこせんべい	ツナごはん	みそ汁、豚肉の南蛮漬け、スティックサラダ、バナナ	ツナ、にんじん、なす、大根、ニラ、豚肉、ピーマン、たまねぎ、パプリカ、きゅうり、チーズ、バナナ	塩せんべい、バウムクーヘン
18 木	揚げせんべい	食パン	ミネストローネ、ハムカツ、サラダスパゲティ、オレンジ	ベーコン、トマト、たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、にんじん、ハム、パン粉、スパゲティ、きゅうり、コーン、オレンジ	うの花あげ、メープルかりんと
19 金	どうぶつバタービスケット	みそラーメン	中華風卵焼き、ブロッコリーとちくわの和え物、りんご	豚肉、キャベツ、ニラ、もやし、にんじん、ねぎ、卵、かにかま、たまねぎ、しいたけ、ブロッコリー、ちくわ、コーン、りんご	国ヨーグルト(いちごソース)
22 月	プチスティック	のりごはん	みそ汁、鶏肉ときのこのトマト煮、ポテトサラダ、りんご	白菜、にんじん、ねぎ、鶏肉、しめじ、エリンギ、たまねぎ、ピーマン、トマト、じゃがいも、きゅうり、コーン、ツナ、ハム、りんご	やさいせんべい、ウエハース
23 火	ビスコ	バターロール	ハッシュドポーク、ほうれんそうとウインナーのソテー、バナナ	豚肉、たまねぎ、にんじん、しめじ、エリンギ、ハヤシルウ、ほうれんそう、ウインナー、コーン、バナナ	揚げせんべい、バウムクーヘン
24 水	えびせん	オムライス	わかめスープ、コールスローサラダ、青のりれんこん、オレンジ	ウインナー、たまねぎ、にんじん、ピーマン、卵、わかめ、ねぎ、えのき、もやし、キャベツ、きゅうり、コーン、ツナ、れんこん、青のり、オレンジ	かりんとう、塩せんべい
25 木	星のパフ	ごはん	みそ汁、春雨入り麻婆豆腐、もやしのナムル、オレンジ	にんじん、なす、かぶ、春雨、豚ひき肉、豆腐、たまねぎ、ねぎ、もやし、ほうれんそう、ごま、オレンジ	国かえるさんスコーン
26 金	しょうゆせんべい	じゃがいも入りやきそば	チンゲンサイの中華スープ、きゅうりとひじきの酢の物、ベビーチーズ、バナナ	じゃがいも、にんじん、ピーマン、豚肉、キャベツ、チンゲンサイ、もやし、えのき、きゅうり、わかめ、コーン、ひじき、チーズ、バナナ	うさぎのしっぽ、メープルかりんと
29 月	揚げせんべい	ちゃんぽんうどん	ちくわの磯辺揚げ、キャンディチーズ、オレンジ	豚肉、キャベツ、しいたけ、ニラ、ねぎ、もやし、にんじん、ちくわ、青のり、チーズ、オレンジ	クラッカー、どうぶつバタービスケット
30 火	花せんべい	ごましおごはん	みそ汁、五目豆腐、キャベツの塩こぶ和え、バナナ	かぶ、にんじん、たまねぎ、ニラ、豆腐、しいたけ、れんこん、絹さや、豚肉、ごぼう、キャベツ、塩こぶ、オレンジ	星せんべい、ミレービスケット

乳児組:エネルギー488kcal タンパク質17.2g カルシウム222mg 幼児組:エネルギー558kcal タンパク質20.4mg カルシウム257mg
 ※献立を変更する場合があります。

3日 年中長児がいもほりにむけて、さつまいもの苗を植えてきます

今月は、今年最初のリクエスト給食です。いちばんお兄さんお姉さんになった年長さんらしいものがたくさん出ました。(太字表記しています)

6月は食育月間です

食に関わる絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだりしてみたいかたがでしょうか。保育園でも野菜をプランターで育て始めたので、子どもたちと生長を見守り収穫できたら給食に使います。ぜひご家庭でも、おはしの持ち方や食べ方などにも気をつけながら食事を楽しんでください。