

6月 献立表 幼児食



くすの子保育園

2025 年 6 月

日付	行事	献立名		食材名			
		昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
2月		ごはん なすと豚肉のみそ炒め すまし汁（厚揚げ）	ふくれがし ＜郷土料理＞ 麦茶	豚もも肉、豚ばら肉、厚揚げ、卵、牛乳	なす、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ぶなしめじ、こまつな	半つき米、なたね油、麦みそ、砂糖、薄力粉、黒砂糖	みりん風調味料、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶、ベーキングパウダー
3火		ごはん 鮭のフライ きゅうりの昆布和え みそ汁（かぼちゃ）	グリーンコープのおやつ ミルク	さけ、卵、焼き竹輪（卵不使用）、油揚げ、スキムミルク	きゅうり、りょうとうもやし、にんじん、塩昆布、かぼちゃ、たまねぎ、にら	半つき米、薄力粉、パン粉、なたね油、いりごま、麦みそ	食塩、料理酒、中濃ソース、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、クラッカー
4水		鶏南蛮うどん キャベツの甘酢和え くだもの	天かすと青のりのおにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ほうれんそう、キャベツ、さやいんげん、ゴールデンキウイ、あおのり	うどん、なたね油、砂糖、半つき米、天かす、いりごま	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、穀物酢、麦茶、めんつゆ
5木		ロールパン ボークビーンズ ポイルブロッコリー コンソメスープ	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、大豆水煮缶、ロースハム、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ホールトマト缶、ブロッコリー、キャベツ、オクラ、スイートコーン	ロールパン（卵無）、じゃがいも、マーガリン、砂糖、ミルクココア	トマトケチャップ、中濃ソース、こいくちしょうゆ、食塩、ごまドレッシング、コンソメ、うすくちしょうゆ、麦茶
6金	かぜ組 リクエスト メニュー	シーフードカレー かぼちゃサラダ ヨーグルト	❤️ ホットケーキ 麦茶	えび、ツナ、プロセスチーズ、ロースハム、ヨーグルト、牛乳、卵	たまねぎ、にんじん、なす、ホールトマト缶、にんにく、かぼちゃ、きゅうり、レーズン	なたね油、半つき米、マヨネーズ、ホットケーキミックス、砂糖、マーガリン	カレールウ、うすくちしょうゆ、すし酢、麦茶
7土		ごはん 厚揚げのそぼろ煮 あかだし（さといも）	グリーンコープのおやつ ミルク	厚揚げ、豚ひき肉、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、なす、ぶなしめじ、グリーンピース、わかめ、りょうとうもやし	半つき米、なたね油、砂糖、かたくり粉、さといも、麦みそ	うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、煮干しだし、豆みそ、麦茶、ソフトビسケット
9月	たいよう組 リクエスト メニュー	しらすとごぼうのごはん 豆腐カレーチャンプルー みそ汁（じゃがいも）	❤️ フルーツロールサンド 麦茶	ツナ、木綿豆腐、卵、削り節、ホイップクリーム、しらす	ごぼう、えだまめ、たまねぎ、にんじん、りょうとうもやし、しょうが、わかめ、だいこん、みかん缶、パイナップル缶、白桃缶	半つき米、砂糖、ごま油、じゃがいも、麦みそ、ロールパン	うすくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、こいくちしょうゆ、カレー粉、煮干しだし、麦茶
10火		ごはん チンジャオロース トマトと卵のスープ くだもの	とうもろこし 牛乳（おやつ）	豚もも肉、卵、ベーコン、牛乳	青ピーマン、たけのこ、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、トマト、セロリ、えのきたけ、メロン、スイートコーン	半つき米、かたくり粉、なたね油、砂糖、ごま油	こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、オイスターソース、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶
11水	田植え	ごはん あじのかば焼き やさいの梅肉和え すまし汁（もずく）	グリーンコープのおやつ ミルクココア	あじ、ツナ、厚揚げ、スキムミルク	キャベツ、切干しだいこん、きゅうり、にんじん、大葉、梅ひしお、もずく、長ねぎ	半つき米、薄力粉、なたね油、砂糖、ミルクココア	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶
12木	たいよう組 リクエスト メニュー	❤️ そうめん（冷） ちくわの磯辺揚げ もやしのさっぱり和え	塩昆布おにぎり 麦茶	鶏ささみ、焼き竹輪（卵不使用）、かにかま、プロセスチーズ	干しいたけ、ほうれんそう、あおのり、きゅうり、りょうとうもやし、にんじん、塩昆布	そうめん、砂糖、天ぷら粉、なたね油、いりごま、半つき米、ごま油	こいくちしょうゆ、かつおだし、めんつゆ、ぼん酢しょうゆ、麦茶
13金	田植え （雨天時）	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き 小松菜と油揚げのおかか和え みそ汁（かぼちゃ）	あじさいゼリー 麦茶	鶏もも肉、油揚げ、削り節	にんにく、しょうが、こまつな、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、にら、ぶどうジュース、アガー、りんごジュース	半つき米、マヨネーズ、コーンフレーク、なたね油、上白糖、麦みそ、砂糖	うすくちしょうゆ、料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、水
14土		ビビンバ丼 春雨のあえもの わかめスープ	グリーンコープのおやつ ミルク	牛もも肉、卵、ベーコン、スキムミルク	ほうれんそう、にんじん、りょうとうもやし、きくらげ、きゅうり、わかめ、たまねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、ごま、緑豆はるさめ、いりごま	料理酒、本みりん、こいくちしょうゆ、鶏がらだし、ぼん酢しょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、ソフトビスケット
16月		鶏南蛮うどん キャベツの甘酢和え くだもの	天かすと青のりのおにぎり 麦茶	鶏もも肉、ベーコン	たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ほうれんそう、キャベツ、さやいんげん、すいか、あおのり	うどん、なたね油、砂糖、半つき米、天かす、いりごま	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、穀物酢、麦茶、めんつゆ
17火		ごはん 鮭のフライ きゅうりの昆布和え みそ汁（かぼちゃ）	とうもろこし 麦茶	さけ、卵、焼き竹輪（卵不使用）、油揚げ	きゅうり、りょうとうもやし、にんじん、塩昆布、かぼちゃ、たまねぎ、にら、スイートコーン	半つき米、薄力粉、パン粉、なたね油、いりごま、麦みそ	食塩、料理酒、中濃ソース、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶
18水	粗食の日	麦ごはん ひじき煮 つみれ汁	ふくれがし ＜郷土料理＞ 牛乳（おやつ）	蒸しかまぼこ、大豆水煮缶、油揚げ、白身魚すり身、卵、牛乳	干しひじき、にんじん、れんこん、さやいんげん、わかめ、だいこん、長ねぎ	半つき米、押麦、なたね油、砂糖、薄力粉、黒砂糖	料理酒、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、ベーキングパウダー
19木		ごはん なすと豚肉のみそ炒め すまし汁（厚揚げ）	グリーンコープのおやつ ミルクココア	豚もも肉、豚ばら肉、厚揚げ、スキムミルク	なす、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ぶなしめじ、こまつな	半つき米、なたね油、麦みそ、砂糖、ミルクココア	みりん風調味料、こいくちしょうゆ、料理酒、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶、ペビードーナツ
20金	パンの日	たまごサンド 小松菜のソテー コンソメスープ（スパゲティ） 牛乳	さつまいものバター煮 麦茶	卵、ロースハム、鶏もも肉、牛乳	きゅうり、たまねぎ、こまつな、りょうとうもやし、にんじん、にんにく、スイートコーン、えのきたけ、さやいんげん	食パン（卵不使用）、マヨネーズ、なたね油、スパゲッティ、さつまいも、砂糖、有塩バター	食塩、こしょう、こいくちしょうゆ、本みりん、コンソメ、うすくちしょうゆ、麦茶
21土		シーフードカレー かぼちゃサラダ ヨーグルト	グリーンコープのおやつ ミルクココア	えび、ツナ、プロセスチーズ、ロースハム、ヨーグルト、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、なす、ホールトマト缶、にんにく、かぼちゃ、きゅうり、レーズン	半つき米、なたね油、マヨネーズ、ミルクココア	カレールウ、うすくちしょうゆ、すし酢、麦茶
23月	かぜ組 リクエスト メニュー	しらすとごぼうのごはん 豆腐カレーチャンプルー みそ汁（じゃがいも）	❤️ ピザトースト 麦茶	ツナ、木綿豆腐、卵、削り節、ベーコン、ピザ用チーズ、しらす	ごぼう、えだまめ、たまねぎ、にんじん、りょうとうもやし、しょうが、わかめ、だいこん、青ピーマン	半つき米、砂糖、ごま油、じゃがいも、麦みそ、食パン	うすくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、こいくちしょうゆ、カレー粉、煮干しだし、麦茶、トマトケチャップ
24火		ごはん あじのかば焼き やさいの梅肉和え すまし汁（もずく）	グリーンコープのおやつ ミルクココア	あじ、ツナ、厚揚げ、スキムミルク	キャベツ、切干しだいこん、きゅうり、にんじん、大葉、梅ひしお、もずく、長ねぎ	半つき米、薄力粉、なたね油、砂糖、ミルクココア	料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、麦茶、揚げせんべい
25水		ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き 小松菜と油揚げのおかか和え みそ汁（かぼちゃ）	あじさいゼリー 麦茶	鶏もも肉、油揚げ、削り節	にんにく、しょうが、こまつな、にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、にら、ぶどうジュース、アガー、りんごジュース	半つき米、マヨネーズ、コーンフレーク、なたね油、上白糖、麦みそ、砂糖	うすくちしょうゆ、料理酒、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、水
26木		ごはん チンジャオロース トマトと卵のスープ くだもの	グリーンコープのおやつ ミルク	豚もも肉、卵、ベーコン、スキムミルク	青ピーマン、たけのこ、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、トマト、セロリ、えのきたけ、メロン	半つき米、かたくり粉、なたね油、砂糖、ごま油	こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、オイスターソース、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶、ソフトビスケット
27金	たいよう組 リクエスト メニュー	❤️ そうめん（冷） ちくわの磯辺揚げ もやしのさっぱり和え	塩昆布おにぎり 麦茶	鶏ささみ、焼き竹輪（卵不使用）、かにかま、プロセスチーズ	干しいたけ、ほうれんそう、あおのり、きゅうり、りょうとうもやし、にんじん、塩昆布	そうめん、砂糖、天ぷら粉、なたね油、いりごま、半つき米、ごま油	こいくちしょうゆ、かつおだし、めんつゆ、ぼん酢しょうゆ、麦茶
28土		親子ふれあいDAY2025					
30月	かぜ組 リクエスト メニュー	ビビンバ丼 春雨のあえもの わかめスープ	❤️ ホットケーキ 麦茶	牛もも肉、卵、ベーコン、牛乳	ほうれんそう、にんじん、りょうとうもやし、きくらげ、きゅうり、わかめ、たまねぎ	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、ごま、緑豆はるさめ、いりごま、ホットケーキミックス、マーガリン	料理酒、本みりん、こいくちしょうゆ、鶏がらだし、ぼん酢しょうゆ、中華だし、うすくちしょうゆ、麦茶

※ 献立表の❤️は、リクエストメニューです。それぞれのクラスから順番でリクエストメニューを出してもらっています。

- ★3歳未満児の午前おやつは「グリーンコープのおやつ」と麦茶を提供いたします。
- ★離乳食は別途、個々の段階に応じたメニューになります。
- ★食物アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じたメニューになります。
- ★延長保育のおやつ（グリーンコープ等）については、18時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★給食、おやつに関する心配、質問等がございましたら、ご遠慮なく給食堂の方へお立ち寄りください。
- ★当園のご飯は五分つき無農薬米を使用しています。
- ★天候不良等により季節の食材が変更になる場合があります。その際には、玄関掲示にてお知らせ致します。

6月の旬の食材

- <野菜> さやいんげん、セロリ、かぼちゃ、きゅうり、とうもろこし、オクラ、グリーンピース
- <魚介> きす、あゆ、かんぱち、あじ、たこ
- <果物> なつみかん、びわ、メロン、すいか、キウイ

「グリーンコープのおやつ」は以下の商品を使用します。  
入荷状況により、その他の商品を使用する場合もございます。ご了承ください。

- ・ベジタブルスティック ・ひと口揚げせん ・小魚せんべい ・えびしお ・ごまスティック
- ・つなごっさられ ・動物ぼうろ ・うの花クッキー ・ビスケット ・さくっともろこし ・星せんべい
- ・おにぎりせんべい ・ごぼうせんべい ・ペビードーナツ ・サラダせんべい ・クラッカー