

# 6月給食献立予定表

キ ッ ズ	昼 食		3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ	
			熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			午前	午後
1	火	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のあまから煮 さつま芋の塩金平 みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・砂 糖・油	鮭・味噌・油揚げ	オレンジ・ピーマン・人 参・水菜・白菜	275 kcal 11.4 g 3.9 g 47.1 g 0.7 g	小麦	牛乳・クッキー 麦茶 プリン	
2	水	ご飯 鶏肉とキャベツのトマト煮込み 切干大根とチンゲン菜のサラダ スープ	ご飯・砂糖・油	鶏肉	カットマトパック・ キャベツ・チンゲン菜・ パプリカ黄・玉ねぎ・人 参・切干大根・長ねぎ	266 kcal 8.6 g 7.1 g 40.7 g 0.6 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 ゼリー	
3	木	中華風冷やしソーマン じゃが芋のごまがらめ フルーツ（オレンジ）	ごま・ごま油・じゃ が芋・ソーマン・砂 糖・片栗粉・油	鶏肉	オレンジ・きゅうり・ワ カメ・人参	259 kcal 9.4 g 5.1 g 42.6 g 1 g	小麦	麦茶・ビスケット カルピス おにぎり	
4	金	チキンライス かぼちゃとアスパラの豆乳グラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・バター・パン 粉・砂糖・小麦粉・ 油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏肉・ 豆乳	かぼちゃ・グリーンアス バラ・グリーンピース・玉 ねぎ・小松菜・人参	309 kcal 11.5 g 8.1 g 45.8 g 0.6 g	乳・小麦	牛乳・クッキー 麦茶 フルーチェ	
7	月	ご飯 カラスカレイの照り焼き ひじきの炒り煮 みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	カラスカレイ・味噌	インゲン・オレンジ・ コーン・ひじき・ブロッ コリー・玉ねぎ・人参・ 白菜	264 kcal 8.2 g 7.7 g 40.8 g 0.7 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 牛乳寒天	
8	火	鶏肉のケチャップパスタ さつまいもサラダ 豆乳スープ	さつま芋・スパゲッ ティ・バター・砂 糖・小麦粉・片栗 粉・油	鶏肉・豆乳	グリーンアスパラ・ごぼ う・チンゲン菜・パプリ カ赤・玉ねぎ	302 kcal 9.8 g 8.7 g 45.4 g 0.9 g	乳・小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 おにぎり	
9	水	麻婆豆腐丼 ほうれん草と大根のサラダ すまし汁	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉	豆腐・豚肉・味噌・ 油揚げ	グリーンピース・ニラ・ほ うれん草・玉ねぎ・人 参・大根・万能ねぎ	275 kcal 10.3 g 7.7 g 39.5 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー 麦茶 ゼリー	
10	木	●あじさいご飯 鶏肉とかぼちゃの煮物 みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・花ふ・砂糖・ 油	鶏肉・鮭・味噌	オレンジ・かぼちゃ・ キャベツ・きゅうり・ コーン・枝豆・人参	314 kcal 15 g 7.3 g 45.1 g 0.6 g	小麦	麦茶・せんべい 牛乳 ジャムパン	
11	金	ポークカレーライス トマトとワカメのしらすサラダ フルーツ（バナナ）	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油	しらす干し・豚肉	トマト・バナナ・ワカ メ・玉ねぎ・人参	277 kcal 8.6 g 5.4 g 46.8 g 1 g		牛乳・ビスケット 麦茶 ゼリー	
14	月	ご飯 豚肉の玉ねぎソース きゅうりと人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・油	豆腐・豚肉・味噌	キヌサヤ・きゅうり・ブ ロccoli・玉ねぎ・人 参	269 kcal 11.4 g 7.8 g 36.3 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー 牛乳 わらび餅	
15	火	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のあまから煮 さつま芋の塩金平 みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・さつま芋・砂 糖・油	鮭・味噌・油揚げ	オレンジ・ピーマン・人 参・水菜・白菜	275 kcal 11.4 g 3.9 g 47.1 g 0.7 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 ぶりん	
16	水	ご飯 鶏肉とキャベツのトマト煮込み 切干大根とチンゲン菜のサラダ スープ	ご飯・砂糖・油	鶏肉	カットマトパック・ キャベツ・チンゲン菜・ パプリカ黄・玉ねぎ・人 参・切干大根・長ねぎ	266 kcal 8.6 g 7.1 g 40.7 g 0.6 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 ゼリー	
17	木	中華風冷やしソーマン じゃが芋のごまがらめ フルーツ（オレンジ）	ごま・ごま油・じゃ が芋・ソーマン・砂 糖・片栗粉・油	鶏肉	オレンジ・きゅうり・ワ カメ・人参	259 kcal 9.4 g 5.1 g 42.6 g 1 g	小麦	牛乳・クッキー カルピス おにぎり	
18	金	チキンライス かぼちゃとアスパラの豆乳グラタン風 スープ ヨーグルト	ご飯・バター・パン 粉・砂糖・小麦粉・ 油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏肉・ 豆乳	かぼちゃ・グリーンアス バラ・グリーンピース・玉 ねぎ・小松菜・人参	309 kcal 11.5 g 8.1 g 45.8 g 0.6 g	乳・小麦	麦茶・ビスケット 麦茶 フルーチェ	

# 6月給食献立予定表

キ ツ ズ	昼 食		3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ	
			熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			午前	午後
21	月	ご飯 カラスカレイの照り焼き ひじきの炒り煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	カラスカレイ・味噌	インゲン・オレンジ・ コーン・ひじき・ブロッ コリー・玉ねぎ・人参・ 白菜	264 kcal 8.2 g 7.7 g 40.8 g 0.7 g	小麦	麦茶・せんべい	麦茶 牛乳寒天
22	火	鶏肉のケチャップパスタ さつまいもサラダ 豆乳スープ	さつまいも・スパゲッ ティ・バター・砂 糖・小麦粉・片栗 粉・油	鶏肉・豆乳	グリーンアスパラ・ごぼ う・チンゲン菜・パブリ カ赤・玉ねぎ	302 kcal 9.8 g 8.7 g 45.4 g 0.9 g	乳・小麦	麦茶・ビスケット	麦茶 おにぎり
23	水	麻婆豆腐丼 ほうれん草と大根のサラダ すまし汁	ごま油・ご飯・砂 糖・片栗粉	豆腐・豚肉・味噌・ 油揚げ	グリーンピース・ニラ・ほ うれん草・玉ねぎ・人 参・大根・万能ねぎ	275 kcal 10.3 g 7.7 g 39.5 g 0.6 g	小麦	牛乳・ビスケット	麦茶 ゼリー
24	木	●鮭とコーンのコロコロおにぎり 鶏肉とキャベツとアスパラの炒め物 かぼちゃの煮物 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・油	鶏肉・鮭	あおさ粉・オレンジ・か ぼちゃ・キャベツ・グ リーンアスパラ・コー ン・枝豆・人参	325 kcal 14.8 g 7.3 g 47.9 g 0.4 g	小麦	牛乳・ビスケット	牛乳 ゼリー
25	金	ポークカレーライス トマトとワカメのしらすサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油	しらす干し・豚肉	トマト・バナナ・ワカ メ・玉ねぎ・人参	277 kcal 8.6 g 5.4 g 46.8 g 1 g		麦茶・せんべい	麦茶 チーズ
28	月	ご飯 豚肉の玉ねぎソース きゅうりと人参のサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・油	豆腐・豚肉・味噌	キヌサヤ・きゅうり・ブ ロccoli・玉ねぎ・人 参	269 kcal 11.4 g 7.8 g 36.3 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー	牛乳 カレーパン風
29	火	鉄分強化！ふりかけご飯 鮭のあまから煮 さつまいもの塩金平 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・さつまいも・砂 糖・油	鮭・味噌・油揚げ	オレンジ・ピーマン・人 参・水菜・白菜	275 kcal 11.4 g 3.9 g 47.1 g 0.7 g	小麦	牛乳・ビスケット	麦茶 ゼリー
30	水	ご飯 鶏肉とキャベツのトマト煮込み 切干大根とチンゲン菜のサラダ スープ	ご飯・砂糖・油	鶏肉	カットトマトパック・ キャベツ・チンゲン菜・ パブリカ黄・玉ねぎ・人 参・切干大根・長ねぎ	266 kcal 8.6 g 7.1 g 40.7 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー	麦茶 牛乳寒天
						kcal g g g g			
						kcal g g g g			

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量			
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	塩分g
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	280	10.8	6.8	0.7

※都合により、献立を変更する場合がございます。

※本工場では小麦・乳を使用しております。

※本商品製造工場では、小麦・乳・卵・えび・落花生を含む製品を製造しています。