

6月行事・献立予定

令和7年度 こどもパル

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材(おやつ、調味料は除く)	朝のおやつ	3時のおやつ
2	月	身体測定 内科検診	御飯 親子うどん きんぴらごぼう ウインナー オレンジ	米 うどん 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 かまぼこ ねぎ ごぼう ビーマン 人参 ひじき ごま ウインナー オレンジ	牛乳 パナナ	カルシウムせんべい
3	火		御飯 白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ そうめんのすまし汁 パナナ	米 赤魚 卵 青のり キャベツ 人参 きゅうり コーン そうめん わかめ 人参 ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	おにぎり
4	水		御飯 揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物 きゅうり漬 麩の味噌汁 オレンジ	米 鶏肉 レモン 切り干し大根 人参 さつま揚げ しいたけ きゅうり 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 花麩 オレンジ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 クリームサンド
5	木		御飯 筑前煮 フロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮 かき玉汁 グレープフルーツ	米 鶏肉 いんげん ごぼう 人参 れんこん フロッコリー かつお節 小魚 ごま 玉ねぎ 人参 ほうれん草 卵 グレープフルーツ	オレンジゼリー	牛乳 カナッパ
6	金	参加日 布団持ち帰り	御飯 白身魚のフライ コールスローサラダ 小松菜の味噌汁 オレンジ	米 おひょう 卵 きゅうり レタス 人参 ハム コーン キャベツ 油揚げ 小松菜 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 クッキー	ぶどうゼリー
7	土				牛乳 せんべい	フルーツジュース サブシ
9	月		御飯 スパゲティーナポリタン キャベツのレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ グレープフルーツ	米 スパゲティー 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり フロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ミルク ほうれん草 グレープフルーツ	豆乳 あられ	牛乳 蒸しパン
10	火		御飯 コロッケ グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 オレンジ	米 じゃが芋 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり レタス コーン 豆腐 人参 わかめ 玉ねぎ オレンジ	牛乳 サンドビスケット	プリン
11	水	バス遠足 安全指導の日	御飯 野菜たっぷりハヤシライス フロッコリーサラダ パン	米 玉ねぎ 人参 牛肉 しめじ じゃが芋 コーン パセリ にんにく フロッコリー 人参 レタス きゅうり パン	リンゴジュース せんべい	牛乳 豆腐ドーナツ
12	木	絵本貸し出し	御飯 かき揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁 グレープフルーツ	米 玉ねぎ 人参 ごぼう 春菊 かにかまぼこ 人参 春雨 キャベツ もやし ごま えのき わかめ 生揚げ グレープフルーツ	牛乳 黒糖ロールパン	飲むヨーグルト 甘辛せんべい
13	金	布団持ち帰り	御飯 五目野菜つくね きゅうりのほりほり チーズ ほうれん草のすまし汁 パナナ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん いんげん ねぎ 生姜 きゅうり ごま チーズ ほうれん草 えのき 玉ねぎ パナナ	牛乳 オレンジ	牛乳 ココアラスク
14	土				牛乳 クラッカー	フルーツジュース あられ
16	月	絵本返却	御飯 ラーメン ウインナー 野菜のなめだけあえ オレンジ	米 中華めん 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし 葉ねぎ ウインナー キャベツ 人参 えのき オレンジ	牛乳 スティックパン	キャロットゼリー
17	火		御飯 白身魚のシュンコイ さつま揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁 パナナ	米 赤魚 生姜 ねぎ さつま揚げ 人参 いんげん キャベツ わかめ 玉ねぎ パナナ	牛乳 コーンフレーク	牛乳 カルシウムパン
18	水		御飯 ビビンバ しゅうまい わかめスープ オレンジ	米 豚肉 焼肉のたれ ほうれん草 人参 もやし ごま 玉ねぎ 人参 春雨 にんにく 生姜 しゅうまいの皮 豚肉 わかめ ねぎ ごま オレンジ	牛乳 煎餅	牛乳 ほうれん草の蒸しパン
19	木	食育の日	御飯 ★魚のポテサラ焼き ビーフンサラダ 小松菜と豆腐のすまし汁 パナナ	米 鮭 米粉 じゃが芋 人参 グリンピース ビーフン 玉ねぎ キャベツ 人参 ビーマン 小松菜 豆腐 パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 ★いちごタルト風トースト
20	金	誕生会 避難訓練 布団持ち帰り	おめでとうランチ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース パター えび じゃが芋 レタス きゅうり 人参 パン	ヨーグルト	フルーツパフェ
21	土				牛乳 甘辛せんべい	フルーツジュース クラッカー
23	月		御飯 ジャージャー麺風パスタ ポイルフロッコリー 冬瓜スープ オレンジ	米 スパゲティー 豚肉 生姜 にんにく 椎茸 玉ねぎ ねぎ ごま フロッコリー 冬瓜 ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 ポン菓子	フルーツヨーグルト
24	火		御飯 チーズハンバーグ フロッコリーのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ パナナ	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ チーズ 牛乳 卵 フロッコリー 人参 玉ねぎ 人参 ベーコン コーン パナナ	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 マカロニあべかわ
25	水		御飯 揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ オレンジ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ぎょうざの皮 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 もずく 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	牛乳 煎餅	牛乳 ジャムサンド
26	木	絵本貸し出し	御飯 鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁 パン	米 鯖 生姜 いか たくあん 人参 きゅうり キャベツ 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 人参 パン	豆乳 クラッカー	牛乳 米菓子
27	金	布団持ち帰り	御飯 肉じゃが 焼きししよも スティックきゅうり なめこ汁 パナナ	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 いんげん ししよも きゅうり 豆腐 なめこ ねぎ パナナ	飲むヨーグルト	牛乳 メイプルサブシ
28	土				牛乳 サブレ	フルーツジュース せんべい
30	月	絵本返却	御飯 焼きそば かみかみお和え 生揚げと玉ねぎの味噌汁 オレンジ	米 中華麺 もやし 人参 キャベツ 豚肉 青のり きさいか 切干大根 きゅうり 人参 ツナ ごま 生揚げ 玉ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 ポーロ	牛乳 シュガートースト

おめでとうランチ…チキンライス エビフライ フライドポテト レタスサラダ スパゲティー スープ パン

食育の日のサンプル展示は5歳児です。 1.2歳児の主食(ご飯)の量は70gです。
今月の果物はバナナ パン オレンジ グレープフルーツなどを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。