

令和6年6月 献立表

独自献立 3歳未満

日	曜				あか	黄	みどり	調味料	栄養価 (エネルギーkcal)
		昼食	午後おやつ	夕補食	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもと になる	体の調子を整える		
1	土	焼きビーフン みそ汁 オレンジ	麦茶 果物ゼリー せんべい	/	ツナ缶 鶏ひき肉 みそ	ビーフン じゃが いも 砂糖	オレンジ 人参 キャ ベツ カットわかめ	しょうゆ 鶏ガラ スープ かつおだ し汁	399
3	17	月	ごはん 揚げさわらの 野菜あんかけ 胡瓜とわかめの酢の物 みそ汁(しめじ・玉ねぎ) オレンジ	牛乳 ハムとチーズの蒸しパ ン	お茶 おにぎり	牛乳 さわら 米 みそ(淡色辛みそ) ローズハム チー ズ	しょうが 玉ねぎ に んじん 胡瓜 カット わかめ グリンビー ス しめじ オレン ジ	しょうゆ 酒 かつ おだし汁 食塩 酢	503
4	18	火	ごはん 鶏の照り焼き チンゲン菜の磯部和え みそ汁(じゃがいも・キャベツ) バナナ	牛乳 にんじん風味の おからクッキー	お茶 おにぎり	牛乳 鶏もも肉 みそ(淡色辛み そ) おからパウ ダー	しょうが チンゲン菜 にんじん キャベツ のり パナナ	しょうゆ みりん かつおだし汁 食 塩 ベーキングパ ウダー	429
5	19	水	ロールパン 鶏もものトマト缶煮込み マッシュポテト コンソメスープ(人参・小松菜) みかん缶	麦茶 しらすとごぼうのおにぎり	お茶 おにぎり	鶏もも肉 しらす 干	たまねぎ トマト缶 にんじん 小松菜 青のり みかん缶 塩昆布	コンソメ しょうゆ 酒 食塩	422
6	20	木	ごはん 鮭の香味焼き なすの甘辛炒め みそ汁(玉ねぎ・ごぼう) バナナ	麦茶 ジャージャーうどん	お茶 おにぎり	さけ 米みそ(淡 色辛みそ) 豚ひき肉	菜ねぎ しょうが に んじん なす ごぼう バナナ 玉ねぎ	食塩 しょうゆ 酒 かつおだし汁 みりん	435
7	21	金	カレーライス キャベツのツナサラダ みそ汁(豆腐・なめこ) オレンジ	牛乳 7日)ポパイクッキー 21日)かえるさんクッキー	お茶 おにぎり	牛乳 豚肉(もも) ツナ水煮缶 絹豆 腐 米みそ(淡色 辛みそ)	たまねぎ にんじん にんにく トマト ビュレー キャベツ なめこ オレンジ ほ うれん草	コンソメ カレー粉 中濃ソース みり ん 食塩 酢 かつ おだし汁 21日)ココア	539
8	22	土	二色丼 みそ汁 オレンジ	麦茶 果物ゼリー せんべい	/	鶏ひき肉 鮭フ レーク 米みそ	オレンジ 人参 玉 ねぎ カットわかめ	酒 しょうゆ かつ おだし汁	406
10	大分県 郷土料理	月	ごはん とり天 こねり すまし汁(にんじん・こまつな) バナナ	牛乳 じり焼き	お茶 おにぎり	牛乳 鶏もも肉 みそ(淡色辛み そ) きな粉	しょうが なす ビー マン コーン にんじ ん こまつな パナ ナ	しょうゆ 酒 かつ おだし汁 食塩 ベーキングパウ ダー	481
11	24	火・月	ごはん 豚のしょうが焼き にんじんとピーマンのおかか和え みそ汁(菜ねぎ・キャベツ) オレンジ	牛乳 ヨーグルトマフィン	お茶 おにぎり	牛乳 豚肉(もも) かつお節 米みそ (淡色辛みそ) ヨーグルト(無糖)	しょうが たまねぎ にんじん ビーマン キャベツ 菜ねぎ オレンジ	しょうゆ 酒 かつ おだし汁 ベーキ ングパウダー	466
12	26	水	ごはん かれの味噌チーズ焼き チンゲン菜とにんじんの納豆和え すまし汁(じゃがいも・油揚げ) みかん缶	牛乳 ココアパン	お茶 おにぎり	牛乳 かれい 米 みそ(淡色辛み そ) 油揚げ 絹豆腐 ひきわり納豆 ピ ザ用チーズ	にんじん みかん缶 チンゲン菜	酒 食塩 みりん しょうゆ かつお だし汁 ココア	509
13	27	木	鶏とごぼうのバスタ キャベツの塩昆布和え コンソメスープ(しめじ・玉ねぎ) バナナ	麦茶 鮭チャーハン	お茶 おにぎり	鶏もも肉 鮭フ レーク	たまねぎ にんじん ごぼう のり キャ ベツ しめじ パナ ナ ねぎ 塩昆布	食塩 しょうゆ 酒 酢 コンソメ 中華だしの素	382
14	28	金	ごはん 麻婆豆腐 こまつなのナムル 中華スープ(にんじん・キャベツ) オレンジ	牛乳 あじさいゼリー せんべい	お茶 おにぎり	牛乳 木綿豆腐 豚ひき肉 米みそ (淡色辛みそ)	ねぎ にんじん ビー マン こまつな コー ン キャベツ オレン ジ 粉寒天 ぶどうジュ ース りんごジュース	しょうゆ 酒 中 華だしの素 食塩	453
14	金	おにぎりデー	牛乳 あじさいゼリー せんべい	牛乳	牛乳	米 砂糖 せんべ い	寒天 ぶどうジュース りんごジュース	炊き込みわかめ	418
15	29	土	ツナチャーハン みそ汁 オレンジ	麦茶 果物ゼリー せんべい	/	ツナ缶 米みそ しらす干し	オレンジ 玉ねぎ 人 参 ビーマン カット わかめ	しょうゆ 鶏ガラ スープ かつおだ し汁	359
25	特別食	火	ごはん 鶏のから揚げ(塩昆布) こまつなのコーン炒め みそ汁(玉ねぎ・なす) マスカットゼリー	牛乳 お誕生日ケーキ (ヨーグルト)	お茶 おにぎり	牛乳 鶏もも肉 みそ(淡色辛み そ) ヨーグルト ホイップクリーム	にんじん しょうが 塩昆布 こまつな コーン たまねぎ な す マスカットゼリー	酒 しょうゆ かつ おだし汁 ベーキ ングパウダー コ コア	498

給食MEMO

はじめ梅雨の時期がやってきました。“かえるさん”を見かけることが多い時期ですね。給食でも“かえるさん”をイメージしたおやつを提供予定です。水たまりにもかえる！給食にもかえる！？と楽しみながら食べてくれますように。  
 <今月の郷土料理:10月>お家は、大分県の「とり天、こねり」おやつも大分県の「じり焼き」をアレンジした献立を提供予定です。“こねり”はなすとピーマンを炒め味噌味のとりみをつけて、“じり焼き”はクレープの様に作ります。お友だちと仲良く楽しく食べてくださいね。

★乳児の朝おやつは月・水・金・土は牛乳・ビスケット、火・木・土は牛乳・せんべい、土はぱりんこです。  
 ★仕入れの都合上、食材は献立を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。★

今月の平均給食栄養量

	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)
乳児	463	20	15.4	276	1.6
	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	塩分 (g)
乳児	178	0.30	0.44	20	1.6