



6月 幼児食献立表



令和6年6月
 幼保連携型認定こども園
 神戸女子大学附属高倉台幼稚園
 管理栄養士 八幡美月

日付	献立名	“血・肉・骨” を作る食品	“熱・力” の元になる食品	“体調” を整える食品	調味料	エネルギー
		魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	穀類・油脂類・砂糖類・芋類	野菜類・海藻類・くだもの類		
1 (土)	チキンライス	鶏もも肉	米	ミックスベジタブル・トマト	コンソメ	550 kcal
	小松菜と卵のソテー コーンポタージュ 牛乳	卵 牛乳 牛乳	油	小松菜・人参 コーンクリーム・コーン	コンソメ コンソメ	
3 (月) 弁当箱	おにぎり 鮭のマヨネーズ焼き	鮭	米(ごま塩・青菜) マヨドレ・酒	赤パプリカ・黄パプリカ・いんげん	淡口醤油	430 kcal
	ラタトゥイユ	ウインナー	砂糖	なす・ズッキーニ・玉葱・ピーマン・人参・エリンギ・トマト	コンソメ	
	きな粉かぼちゃ キャンディチーズ	きな粉 チーズ	砂糖	ケチャップ・ホールトマト かぼちゃ		
4 (火)	ごはん かき揚げ オクラのサラダ りんご	干しえび・卵 ツナ	米 小麦粉・片栗粉・油 マヨドレ	玉葱・人参・大葉 オクラ・人参・もやし りんご	塩 淡口醤油 塩	450 kcal
	おにぎり ひじきの和風オムレツ 白菜の梅肉和え バナナ	卵・鶏ひき肉・豆腐	米(わかめ・ゆかり) 砂糖 砂糖	ひじき・玉葱・人参・舞茸 白菜・人参・小松菜・梅肉 バナナ	淡口醤油 淡口醤油	
6 (木)	ごはん チンジャオロース	牛もも肉	米 砂糖	玉ねぎ・ピーマン・たけのこ	中華あじ 濃口醤油	450 kcal
	きゅうりとトマトの中華サラダ オレンジ	大豆	和風ごまドレッシング・ごま油	きゅうり・トマト オレンジ		
7 (金)	ごはん チキンカツ 切り干し大根のツナ和え コンソメスープ	鶏もも肉・卵 ツナ・チーズ ベーコン	米 パン粉・油・小麦粉・ソース フレンチドレッシング じゃがいも	人参・玉葱 切り干し大根・いんげん・人参・コーン 白菜・しめじ・人参	コンソメ コンソメ	550 kcal
	焼きそば 青梗菜の中華和え りんご ヨーグルト	豚もも肉・かつお粉 ヨーグルト	焼きそば麺・焼きそばソース 砂糖・胡麻油	キャベツ・人参 青梗菜・人参 りんご	中華だし 淡口醤油 酢 塩	
	【カレーパーティ】 カレーライス オレンジ 牛乳	鶏もも肉 牛乳	米・じゃがいも・カレールウ	人参・玉ねぎ オレンジ	コンソメ	
11 (火) 年少 おにぎり	ひじきの混ぜご飯 鯖の梅しそ焼き ブロッコリーの和え物 赤だし汁	豚ひき肉・油揚げ 鯖 卵 豆腐・赤味噌	米・砂糖 酒・砂糖 砂糖	人参・ひじき 梅干し・大葉 ブロッコリー・もやし・人参 青葱・えのき	淡口醤油 淡口醤油 淡口醤油 醤油・昆布だし	470 kcal
	12 (水) 誕生会 おにぎり持参🍷 あじさいゼリー(ぶどうジュース・カルピス・牛乳・砂糖・ゼラチン)スプーン持参					
13 (木) 年長 おにぎり	ごはん 牛肉と厚揚げの炒め物 豆味噌和え オレンジ	牛もも肉・厚揚げ 大豆・味噌	米 砂糖 油・片栗粉・胡麻	キャベツ・人参・玉葱 人参・コーン・きゅうり オレンジ	淡口醤油 淡口醤油	410 kcal
	コッペパン 手作りコロッケ	豚ひき肉・牛ひき肉・卵	コッペパン じゃがいも・小麦粉・パン粉・油・ソース	玉葱	塩 コンソメ	
14 (金)	チキンサラダ りんご 牛乳	鶏ささみ肉 牛乳	フレンチドレッシング	切り干し大根・人参・小松菜 りんご		490 kcal
	親子丼 白菜とわかめの和えもの バナナ ヨーグルト	鶏もも肉・卵 ツナ ヨーグルト	米 砂糖	玉葱・三つ葉・しいたけ 白菜・わかめ・人参 バナナ	醤油・昆布だし 淡口醤油	
15 (土)						500 kcal

17 (月) 弁当箱	おにぎり		米(鮭・青菜)			400 kcal
	鶏の南部焼き もやしのゆかり和え ミニトマト	鶏もも肉 ちくわ	酒・ごま・黒ごま 砂糖	生姜 もやし・人参・小松菜・ゆかり ミニトマト	淡口醤油 塩	
18 (火)	ナポリタン	ウインナー	スパゲティ・オリーブオイル	玉葱・ピーマン・トマトケチャップ	コンソメ	480 kcal
	ひじきのサラダ りんご ヨーグルト	高野豆腐 ヨーグルト	胡麻ドレッシング	いんげん・ひじき・コーン・人参 りんご	淡口醤油 塩	
19 (水) 弁当箱	おにぎり		米(ゆかり・わかめ)			440 kcal
	鱈のハーブ焼き 炒り卵と小松菜の和え物 フライドポテト	鱈 卵	酒 油・砂糖 じゃがいも・油	バジル もやし・小松菜・人参	淡口醤油 淡口醤油 塩	
20 (木) 年少 おにぎり	コッペパン スパニッシュオムレツ	卵・牛ひき肉・チーズ	コッペパン	ミックスベジタブル・しめじ・ トマトケチャップ	コンソメ	430 kcal
	コールスローサラダ	ハム	フレンチドレッシング	キャベツ・人参・コーン・レモン汁 バナナ		
	バナナ 牛乳	牛乳				
21 (金)	ごはん 豆腐ハンバーグ	豚ひき肉・牛ひき肉・豆腐・ 豆乳	米 砂糖・片栗粉	玉葱・人参・いんげん・ケチャップ	淡口醤油	390 kcal
	かにかまサラダ りんご	カニ風味かまぼこ	胡麻ドレッシング	レタス・人参・コーン りんご	塩	
22 (土)	タコライス	牛ひき肉・豚ひき肉	米・カレー粉	玉葱・ホールトマト・ケチャップ・レタス	コンソメ	550 kcal
	ツナとポテトのサラダ	ツナ	じゃがいも・フレンチドレッシング	きゅうり・人参		
	りんご 牛乳	牛乳		りんご	塩	
24 (月) 弁当箱	おにぎり		米(ごま塩・青菜)			430 kcal
	鯖のカレーケチャップ焼き つるむらさきのお浸し オレンジ	鯖 油揚げ	カレー粉・酒 砂糖	ケチャップ・生姜・玉ねぎ・エリンギ つるむらさき・人参・もやし オレンジ	淡口醤油 淡口醤油	
25 (火)	ごはん チキン南蛮	鶏もも肉・卵	米 タルタルソース・油・小麦粉・砂糖		淡口醤油 酢	490 kcal
	パプリカマリネ オクラのスープ		砂糖・オリーブオイル	赤パプリカ・黄パプリカ・ピーマン・キャベツ・アスパラガス オクラ・えのき	酢 塩 中華あじ	
26 (水) 弁当箱	おにぎり		米(わかめ・鮭)			550 kcal
	赤魚の胡麻味噌焼き きゅうりの酢の物 バナナ キャンディチーズ	赤魚・白みそ チーズ	砂糖・胡麻・練りごま・酒 砂糖	きゅうり・人参・白菜・わかめ バナナ	淡口醤油 淡口醤油 酢	
27 (木)	コッペパン		コッペパン			470 kcal
	ポークビーンズ	豚もも肉・大豆	砂糖・じゃがいも	人参・玉葱・グリーンピース・ケチャップ・ホールトマト	コンソメ	
	ズッキーニのチーズ焼き オレンジ 牛乳	ウインナー・チーズ 牛乳		なす・ズッキーニ・コーン オレンジ	コンソメ	
28 (金)	ごはん		米			400 kcal
	メバルの煮付け いんげんの胡麻味噌 じゃがいもの味噌汁	メバル 味噌・厚揚げ	砂糖・酒 砂糖・胡麻・練り胡麻 じゃがいも	生姜 いんげん・もやし・人参 玉葱・わかめ	濃口醤油 淡口醤油 鮭・昆布だし	
29 (土)	五目チャーハン	ハム・卵	米・油	青葱・玉葱・人参	中華あじ 塩	430 kcal
	もやしナムル 中華スープ ヨーグルト	鶏もも肉 ヨーグルト	砂糖 胡麻・胡麻油	もやし・人参・きゅうり 小松菜・大根	淡口醤油 酢 中華あじ	

〔給食室からのお知らせ〕

- ・毎週月曜日と水曜日の給食は、おにぎり給食です。空の弁当箱を必ず持たせてください。
- ・12日(水)は誕生会です。おやつを食べるスプーンと昼食のおにぎり🍙をご持参ください。
- ・園外保育に行く学年は、おにぎり持参日となります。他の学年は園で給食を食べます。

年少：11日(火) 20日(木) 年長：15日(木)