



令和7年6月 給食献立表

あい保育園祇園



3歳未満児 3歳以上児

日付	午前のおやつ	給食	午後のおやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質	エネルギーたんぱく質	
2(月)	あおのりトースト 牛乳	ごはん 高野豆腐の卵とじ 山芋のおかかマヨ和え レタススープ	バナナマフィン 牛乳	あおのり 牛乳 高野豆腐 鶏ひき肉 鶏卵 竹輪 ひじき かつお節 ベーコン 豆乳	食パン 米 三温糖 やまいも マヨネーズ 薄力粉 バター サラダ油	小松菜 大根 人参 レタス 玉ねぎ パナナ	502kcal 19.3g	583kcal 21.6g	
3(火)	バナナ 牛乳	黒糖レーズンパン ハッシュドポーク フレンチサラダ コンソープ	みそ焼きむすび 牛乳	牛乳 豆乳 豚肉 ひじき 豆腐	強力粉 黒砂糖 三温糖 米 サラダ油 バター 薄力粉	バナナ レーズン 玉ねぎ マッシュルーム 人参 ハセリ キャベツ 胡瓜 コーン	479kcal 17.7g	610kcal 23.0g	
4(水)	★虫歯予防デー★			きな粉 牛乳 若布 さけ チーズ ひじき 豆乳 鶏卵	薄力粉 三温糖 米 白ゴマ ごま油 じゃがいも バター サラダ油	切り干し大根 人参 胡瓜 しめじ ほうれん草	484kcal 19.3g	569kcal 23.4g	
5(木)	麩ラスク 牛乳	ごはん 塩肉じゃが もやしのナムル かきたま汁	ベーコンスコーン 牛乳	牛乳 豚肉 竹輪 ひじき 鶏卵 ベーコン 豆乳	心 バター 三温糖 しらたき じゃがいも 薄力粉 サラダ油 白ゴマ ごま油 片栗粉 米	人参 グリンピース 玉ねぎ もやし たら コーン さやえんどう	468kcal 18.4g	577kcal 21.0g	
6(金)	シナモン トースト 牛乳	ごはん トマトの味噌汁 レバーとキャベツのねぎ塩炒め 小松菜のジャコ和え	マーブルケーキ 牛乳	牛乳 レバー 鶏肉 竹輪 ちりめんじゃこ ひじき 油あげ 豆乳	食パン バター 三温糖 米 サラダ油 ごま油 薄力粉	生姜 にんにく キャベツ 白ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜 もやし トマト しめじ	465kcal 17.5g	569kcal 21.2g	
7(土)	人参スティック 牛乳	中華丼 ひじきの煮物 わかめスープ	いちごスコーン 牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ ひじき 豆腐 油あげ 若布 豆乳	米 片栗粉 しらたき 三温糖 じゃがいも ごま油 薄力粉 バター いちごジャム	人参 しいたけ 玉ねぎ 白菜 チンゲン菜 白ねぎ	441kcal 15.5g	577kcal 19.5g	
9(月)	じゃがいもの 磯和え 牛乳	ごはん 干草焼き 厚揚げのおかか和え 加子の味噌汁	黒糖まんじゅう 牛乳	あおのり 牛乳 鶏卵 ひじき ひじき かつお節 油あげ あずき	じゃがいも 米 サラダ油 三温糖 薄力粉 黒砂糖	人参 玉ねぎ しいたけ なす ほうれん草 えのき 葉ねぎ さやえんどう 小松菜 もやし	443kcal 17.2g	571kcal 21.3g	
10(火)	🕒時の記念日🕒			豆乳 牛乳 豚ひき肉 ひじき 豆腐 若布 鶏卵 あずき	薄力粉 三温糖 米 サラダ油 ビーフン ごま油 バター	玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン にんにく 人参 コーン しいたけ 小松菜	478kcal 17.8g	562kcal 21.1g	
11(水)	オレシシ寒天 牛乳	ごはん 鶏手羽元の旨煮 ほうれん草の白和え ひろしまっこ汁	バナナクッキー 牛乳	寒天 牛乳 鶏手羽元 豆腐 ひじき かつお節 油あげ ちりめんじゃこ 鶏卵 豆乳	三温糖 米 白ゴマ 薄力粉 じゃがいも バター サラダ油	ホウレン草 ほうれん草 人参 もやし キャベツ えのき 白ねぎ パナナ	468kcal 18.8g	582kcal 21.9g	
12(木)	ボン菓子 牛乳	お誕生会 ★ランチプレート★		牛乳 鶏ささ身 鶏肉 ハム チーズ 鶏卵	米 薄力粉 コーンフレーク サラダ油 じゃがいも 三温糖 マヨネーズ 生クリーム	コーン 玉ねぎ グリンピース 生姜 キャベツ 胡瓜 人参 バナナ バイナップル缶	545kcal 18.6g	679kcal 23.9g	
13(金)	ミルク蒸しパン 牛乳	ゆかりむすび 菜めしむすび ハンバーグ マカロニサラダ りんご	豆腐きな粉 ドーナツ 牛乳	牛乳 脱脂粉乳 豚ひき肉 豆腐 鶏卵 ひじき きな粉	薄力粉 三温糖 米 マカロニ パン粉 マカロニ ごま油 グラニュー糖 サラダ油	青じそ 小松菜 玉ねぎ 胡瓜 コーン 人参 りんご	534kcal 19.6g	606kcal 22.0g	
14(土)	ころころ さつまいも 牛乳	焼きそば 大根のゆかり和え あおさのすまし汁	おかか昆布むすび 牛乳	牛乳 豚肉 竹輪 ひじき 豆腐 あおさ かつお節 塩昆布	さつまいも 三温糖 サラダ油 焼きそば 米 白ゴマ	人参 キャベツ もやし えのき 大根 水菜 玉ねぎ	499kcal 18.7g	575kcal 21.8g	
16(月)	豆乳蒸しパン 牛乳	なすのミートスパ きゃべつの昆布和え 豆腐のコンソメスープ	じゃがバター コーンむすび 牛乳	豆乳 牛乳 豚ひき肉 ひじき ハム 塩昆布 豆腐 あおのり	薄力粉 三温糖 スパゲティ オリーブ油 サラダ油 米 じゃがいも バター	玉ねぎ 人参 なす キャベツ 小松菜 しめじ コーン	467kcal 17.8g	549kcal 21.2g	
17(火)	マヨトースト 牛乳	ごはん 厚揚げの甘酢炒め 韓国風サラダ もずくスープ	ほうれん草ケーキ 牛乳	牛乳 厚揚げ 豚ひき肉 ハム のり もずく 豆乳 鶏卵	食パン 米 ごま油 三温糖 白ゴマ バター 薄力粉	キャベツ 小松菜 人参 胡瓜 玉ねぎ ほうれん草 しめじ もやし 白ねぎ えのき	454kcal 16.8g	579kcal 20.8g	
18(水)	マカロニきなこ 牛乳	ごはん たらもの西京焼き スパゲティサラダ オクラのすまし汁	りんごのスコーン 牛乳	きな粉 牛乳 たら ひじき 豆腐 豆乳	マカロニ 三温糖 米 薄力粉 スパゲティ マヨネーズ バター サラダ油	小松菜 コーン 人参 オクラ えのき りんご	457kcal 17.7g	582kcal 21.2g	
19(木)	おさつバター 牛乳	コッペパン レタスのサラダ 鶏肉のラタトゥイユ しめじのコンソメスープ	和風おやき 牛乳	牛乳 鶏肉 ハム ひじき チーズ あおのり かつお節 鶏卵	さつまいも バター サラダ油 オリーブ油 三温糖 片栗粉 じゃがいも 米	ズッキーニ 玉ねぎ ビーマン トマト缶 レタス 胡瓜 人参 しめじ コーン なす もやし	462kcal 17.8g	564kcal 22.5g	
20(金)	アップル寒天 牛乳	ごはん 鶏肉の梅し焼き いんげんのごまマヨ和え 冬瓜の夏けんちん	かぼちゃプリン 牛乳	寒天 牛乳 鶏肉 鶏ささ身 ひじき 豆腐 鶏卵	三温糖 米 じゃがいも 白ゴマ マヨネーズ サラダ油	アップルソース 大葉 なす さやいんげん もやし しめじ 冬瓜 大根 しいたけ こぼろ 葉ねぎ 南瓜 人参	438kcal 17.7g	569kcal 23.3g	
21(土)	抹茶蒸しパン 牛乳	豚しらす丼 じゃがいものり塩バター オレンジ	黒ゴマクッキー 牛乳	豆乳 牛乳 豚肉 あおのり ちりめんじゃこ	薄力粉 三温糖 米 サラダ油 じゃがいも バター ごま油 黒ゴマ	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 ネーブル	494kcal 16.8g	588kcal 19.7g	
23(月)	🍪クッキング🍪 パン作り 広島の特産物見つけ“大根”			ヨーグルト きな粉 豚肉 豆腐 鶏ひき肉 ひじき 牛乳 油あげ	三温糖 米 サラダ油 ごま油 心 強力粉 バター	ビーマン 人参 玉ねぎ 黒きくらげ 大根 豆腐	426kcal 16.8g	596kcal 23.3g	
24(火)	黒糖麩ラスク 牛乳	ごはん 麻婆茄子豆腐 胡瓜の酢の物 小松菜の中華スープ	マーラーカオ 牛乳	牛乳 豆腐 豚ひき肉 竹輪 ちりめんじゃこ ひじき 若布 鶏卵 豆乳	心 バター 黒砂糖 薄力粉 三温糖 ごま油 片栗粉 米 白ゴマ コンスターチ	なす 玉ねぎ 葉ねぎ 胡瓜 もやし キャベツ 小松菜 人参 えのき レーズン	459kcal 18.5g	581kcal 22.4g	
25(水)	大根スティック 牛乳	チキンカレー トマトのしそマリネ みかん豆乳寒天	豆腐ブラウニー 牛乳	牛乳 鶏肉 ひじき 鶏ささ身 寒天 豆腐 豆腐	じゃがいも サラダ油 米 三温糖 薄力粉 バター	大根 人参 玉ねぎ トマト グリンピース 胡瓜 コーン 大葉 みかん缶	472kcal 16.0g	623kcal 20.2g	
26(木)	ラスク 牛乳	豆ごはん チーズオムレツ 豆腐のココロサラダ キャベツのカレースープ	レーズンパウンド 牛乳	牛乳 鶏卵 豚ひき肉 チーズ 豆腐 ハム 豆乳	食パン バター 三温糖 米 じゃがいも サラダ油 薄力粉	グリンピース もやし 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜 レモン果汁 キャベツ 人参 レーズン	456kcal 18.5g	575kcal 23.1g	
27(金)	ブルーベリー ヨーグルト	ごはん レバニラ オクラのネバネバサラダ きくらげの中華スープ	フレンチトースト 牛乳	ヨーグルト レバー ひじき 鶏肉 挽きわり納豆 かつお節 豆腐 鶏卵 豆乳 牛乳	ブルーベリージャム サラダ油 三温糖 じゃがいも ごま油 米 片栗粉 食パン バター	生姜 玉ねぎ たら 人参 オクラ 大根 えのき 黒きくらげ 葉ねぎ	425kcal 16.8g	565kcal 22.6g	
28(土)	きなこ麩ラスク 牛乳	そぼろ丼 いんげんのソテー バナナ	塩ちんすこう 牛乳	きな粉 牛乳 鶏ひき肉 竹輪	心 バター 三温糖 米 サラダ油 薄力粉	玉ねぎ 豆腐 さやいんげん しめじ 人参 コーン パナナ	512kcal 17.9g	619kcal 20.1g	
30(月)	ココアトースト 牛乳	リクエスト献立 さくら組☆	青のりしらす むすび 牛乳	牛乳 豚肉 かまぼこ 寒天 ウィンナー あおのり 竹輪 ちりめんじゃこ	食パン バター 三温糖 米 うどん サラダ油 じゃがいも	玉ねぎ 小松菜 クレソージュース	494kcal 17.7g	594kcal 21.1g	
※ やむを得ず、献立を変更する場合がございます。 ※ 午前のおやつのは、3歳未満児のみとなります。							1か月平均	473kcal 17.8g	586kcal 21.7g