



6月予定および献立表



2023年5月19日
堀江堀敬愛保育園

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1 木	身体測定	アスパラガス ビスケット	焼肉 バンサンスウ みそ汁	牛肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、焼肉のタレ 胡瓜、人参、もやし、かにかま、酢、三温糖、醤油、ごま油 大根、油揚げ、青ネギ、味噌	●黒糖蒸しパン HM、黒糖、牛乳 ●牛乳
2 金	身体測定	ハーベスト	豚肉の生姜焼き 酢の物 みそ汁	豚肉、生姜、玉葱、人参、ピーマン、醤油、三温糖、みりん ツナ、大根、胡瓜、人参、酢、醤油、砂糖 しめじ、南瓜、青ねぎ、味噌	●おふラスク お麩、マーガリン、砂糖、ココア ●牛乳
3 土	ふれあい参観	ビスコ	ちゃんぽんめん ●しゅうまい ●チーズ	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、蒲鉾、玉ねぎ しゅうまいの皮、玉葱、キャベツ、鶏肉、パン粉 チーズ	おにぎり（菜飯） お米、菜飯 ●牛乳
4 日					
5 月	体育あそび 虫歯予防デー シーツ交換(いぬ)	エース コイン	鱈の唐揚げ/添野菜 大豆サラダ みそ汁	アジ、酒、生姜、醤油、片栗粉 /ブロッコリー 大豆、キャベツ、胡瓜、人参、酢、三温糖、醤油 油揚げ、ほうれん草、青ねぎ、味噌	中華おこわ もち米、豚肉、椎茸、人参、中華だし、醤油、酒 ●牛乳
6 火	E~たいむ シーツ交換(くま)	どうぶつ ビスケット	豚肉のしぐれ煮 ポテトサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、牛蒡、白滝、人参、いんげん、醤油、三温糖、みりん、酒 じゃがいも、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ キャベツ、小松菜、青ネギ、味噌	●ツナサンド 食パン、ツナ、キャベツ、マヨドレ、マーガリン ●牛乳
7 水	シーツ交換(りす)	アンパンマン せんべい	●肉団子と野菜の甘酢あんかけ ナムル ビーフンスープ	肉団子、人参、玉ねぎ、ピーマン、三温糖、みりん、ケチャップ、醤油、酢、片栗粉 もやし、人参、胡瓜、醤油、三温糖、酢、ごま、ごま油 ビーフン、玉ねぎ、椎茸、小松菜、中華だし、醤油、酒	●リンゴケーキ HM、砂糖、牛乳、リンゴ ●牛乳
8 木	シーツ交換(うさぎ)	アスパラガス ビスケット	★豆腐の松風焼き 切り干し大根の酢の物 すまし汁	鶏挽肉、木綿豆腐、玉ねぎ、鶏卵、パン粉、味噌、三温糖 切り干し大根、胡瓜、人参、かにかま、酢、醤油、三温糖 白玉麩、わかめ、青ねぎ、醤油、酒	おはぎ もち米、小豆、きなこ、三温糖 ●牛乳
9 金	習字 シーツ交換(ひよこ)	ハーベスト	麻婆丼 中華サラダ 春雨スープ	豚挽肉、豆腐、玉ねぎ、ニラ、醤油、ソース、テンメンジャン、味噌、三温糖、中華だし、片栗粉 カニカマ、胡瓜、もやし、酢、三温糖、醤油、中華だし、ごま油 春雨、人参、椎茸、白ねぎ、醤油、中華だし	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、砂糖、バナナ、フルーツミックス缶 ●★パームクーヘン
10 土	(家庭の日)	ビスコ	チキンピラフ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、コンソメ ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、三温糖、酢、醤油 じゃが芋、しめじ、コンソメ	●キャラメルラスク 食パン、砂糖、生クリーム ●牛乳
11 日					
12 月	体育あそび	エース コイン	★ツナ寿司 平天と野菜の煮物 すまし汁	ツナ、胡瓜、大葉、鶏糸卵、のり、酢、三温糖、みりん 平天、人参、白滝、大根、椎茸、いんげん、みりん、三温糖、醤油 かまぼこ、白玉麩、みつば、醤油、酒	フライドポテト フライドポテト、塩 ●牛乳
13 火	E~たいむ	どうぶつ ビスケット	豚丼 ひじきと大豆の煮物 みそ汁	豚肉、玉ねぎ、白滝、青ネギ、醤油、三温糖、みりん ひじき、大豆、人参、白滝、いんげん、醤油、三温糖、みりん 油揚げ、もやし、青ネギ、味噌	フルーツゼリー ぶどうジュース、アガー、砂糖、フルーツミックス缶 せんべい（星食べよ） ●牛乳
14 水	keiai動物園	アンパンマン せんべい	鶏肉のヤンニョム風/添野菜 さきいかサラダ みそ汁	鶏肉、片栗粉、ケチャップ、醤油、みりん、三温糖、ごま /ブロッコリー さきいか、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、醤油、酢、三温糖 えのき、わかめ、青ネギ、味噌	●マシュマロおこし マシュマロ、フルグラ、マーガリン ●牛乳
15 木	避難訓練	アスパラガス ビスケット	鯛の野菜あんかけ ボン酢和え みそ汁	鯛、片栗粉、玉ねぎ、人参、もやし、中華だし、醤油 キャベツ、竹輪、人参、胡瓜、ボン酢、三温糖 えのき、豆腐、青ネギ、味噌	●オレンジケーキ HM、牛乳、マーマレード ●牛乳
16 金		ハーベスト	●クリームサブゲティ ★ハムサラダ フルーツ	スパゲティ、鶏肉、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、ルウ、牛乳 ハム、人参、キャベツ、胡瓜、コーン、酢、醤油、砂糖 バナナ	鯖缶の炊き込みご飯 鯖缶、しめじ、人参、油揚げ、塩昆布 ●牛乳

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
17 土		ビスコ	カレーピラフ グリーンサラダ きのこスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、カレー粉、コンソメ ブロッコリー、コーン、キャベツ、酢、醤油、三温糖 しめじ、えのき、玉葱、コンソメ	●シリアルクッキー HM、コーンフレーク、バター、牛乳、砂糖、チョコレート ●牛乳
18 日					
19 月	体育あそび シーツ交換(いぬ)	エース コイン	鮭の塩焼き/添野菜 ★高野豆腐の卵とじ みそ汁	鮭、塩/キャベツ、ゆかり 高野豆腐、人参、鶏卵、みつば、みりん、三温糖、醤油 白玉麩、しめじ、青ネギ、味噌	●きな粉揚げパン ロールパン、砂糖、きなこ ●牛乳
20 火	E~たいむ シーツ交換(くま)	どうぶつ ビスケット	★三色井 お浸し みそ汁	鶏ミンチ、鶏糸卵、いんげん、生姜、醤油、三温糖、みりん 小松菜、白菜、かまぼこ、みりん、醤油、三温糖 キャベツ、もやし、青ネギ、味噌	●プリン せんべい（ぼたぼた焼き） ●牛乳
21 水	シーツ交換(りす)	アンパンマン せんべい	肉じゃが 胡麻和え みそ汁	豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、白滝、いんげん ほうれん草、白菜、人参、ごま、みりん、醤油、三温糖 えのき、豆腐、青ネギ、味噌	★小魚焼き おぼろ焼き、じゃがいも、キャベツ、油、青のり、鰹節、ソース ●牛乳
22 木	誕生会 シーツ交換(うさぎ)	アスパラガス ビスケット	ビーフカレー ツナサラダ ●ヨーグルト	牛肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ルウ ツナ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、醤油、酢、三温糖 ヨーグルト	●★パースデイケーキ スポンジ、みかん、パイナップル、豆乳ホイップ ●牛乳
23 金	習字 シーツ交換(ひよこ)	ハーベスト	●タンドリーチキン コーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、カレー粉、ヨーグルト、ケチャップ、醤油 キャベツ、コーン、人参、胡瓜、酢、醤油、三温糖 玉葱、しめじ、コンソメ	●ジャムサンド 食パン、いちごジャム、マーガリン ●牛乳
24 土	(家庭の日)	ビスコ	炒飯 中華風酢の物 中華スープ	豚肉、玉葱、人参、小松菜、青ねぎ、中華だし、醤油、ごま油 胡瓜、もやし、人参、酢、醤油、三温糖、ごま油 白菜、コーン、中華だし、醤油	●★どら焼き HM、卵、小豆、砂糖 ●牛乳
25 日					
26 月	体育あそび	エース コイン	わかめごはん/鯖の香味焼き おかか和え ★かきたま汁	わかめ /鯖、大葉、レモン果汁、醤油、ごま、三温糖、酒 小松菜、キャベツ、人参、かつお節、みりん、三温糖、醤油 鶏卵、豆腐、みつば、醤油、酒	●ヨーグルト蒸しパン HM、ヨーグルト、砂糖、レーズン ●牛乳
27 火	E~たいむ	どうぶつ ビスケット	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツ	牛肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ルウ キャベツ、人参、コーン、胡瓜、酢、醤油、三温糖 パイナップル	●豆腐トナツ HM、豆腐、牛乳、きなこ、砂糖 ●牛乳
28 水		アンパンマン せんべい	鶏肉の甘辛揚げ 切り干し大根のツナサラダ みそ汁	鶏肉、生姜、片栗粉、みりん、醤油、酒、ニンニク、ごま 切り干し大根、ほうれん草、人参、ツナ、三温糖、醤油、酢 大根、白菜、青ねぎ、味噌	●カレーチーズトースト 食パン、カレー粉、チーズ、マヨドレ ●牛乳
29 木	じゃがいも掘り (いぬ組)	アスパラガス ビスケット	豚肉のケチャップソテー じゃこサラダ みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、ケチャップ、ウスターソース じゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、酢、醤油、三温糖 さつまいも、油揚げ、青ネギ、味噌	アメリカンドック HM、ウインナー ●牛乳
30 金		ハーベスト	★冷やしうどん 春巻き フルーツ	うどん、トマト、豚肉、胡瓜、鶏糸卵、みりん、酒、三温糖、醤油 春巻きの皮、タケノコ、人参、キャベツ、ねぎ オレンジ	かやくごはん 鶏肉、椎茸、人参、醤油、酒、みりん ●牛乳

■食材の仕入れ状況により、献立が変更になることがあります

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	598	22.0	17.0	231	2.2	189	0.28	0.32	20		1.5
平均	576	18.6	17.0	218	2.2	159	0.37	0.35	17	3.9	1.8