



6月予定および献立表

2025年5月20日
郡山敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 日				
2 月	スイミング(きりん)	鶏肉のごま風味焼き/添野菜 じゃこサラダ みそ汁	鶏肉、練りごま / ブロッコリー ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、コーン わかめ、油揚げ、青ねぎ	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
3 火	体育遊び(幼児)	豚肉の味噌炒め おなか和え ★ふわとろ卵スープ	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン 白菜、ほうれん草、人参、花かつお 卵、トマト、チンゲン菜	●お麩ラスク ●牛乳
4 水	虫歯予防デー	★●パン / フルーツ ●クリームシチュー ★●ハムサラダ	パン / オレンジ 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、バター、牛乳、小麦粉 ハム、キャベツ、胡瓜、人参	わかめおにぎり ●牛乳
5 木	遠足ごっこ(くま)	鯖の西京焼き/添野菜 切干し大根煮 すまし汁	鯖、白みそ / ほうれん草 切干し大根、人参、しらたき、竹輪、大豆、いんげん 豆腐、かまぼこ、三つ葉	★●アメリカンドッグ ●牛乳
6 金	E~たいむ(幼児)	豆乳担々麺 中華風酢の物 フルーツ	中華麺、豚挽肉、玉ねぎ、人参、大豆、チンゲン菜、豆乳、練りごま もやし、胡瓜、人参、カニカマ パイン	●焼きりんごトースト ●牛乳
7 土	土曜保育	焼きそば風スパゲティー ブロッコリーのカニあん ●チーズ	スパゲティー、豚肉、えび、キャベツ、人参、もやし ブロッコリー、カニカマ チーズ	★●おからホットケーキ ●牛乳
8 日				
9 月		鯖の香味焼き/添野菜 ひじき煮 ふぶき汁	鯖、大葉 / ゆかりキャベツ ひじき、人参、平天、しらたき、大豆、いんげん 鶏肉、豆腐、ごぼう、人参、大根、青ねぎ	●豆乳ドーナツ ●牛乳
10 火	体育遊び(幼児)	★●豆腐の松風焼き/添野菜 中華サラダ みそ汁	豆腐、鶏挽肉、玉ねぎ、ねぎ、卵、牛乳、パン粉、ごま/南瓜 もやし、ほうれん草、人参、ささみ キャベツ、油揚げ、青ねぎ	★●オレンジケーキ ●牛乳
11 水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	★●冷やし中華 野菜のかき揚げ フルーツ	中華麺、焼き豚、胡瓜、トマト、錦糸卵 人参、玉ねぎ、さつま芋、ごぼう、天ぷら粉 黄桃	★●スナックパン ●牛乳
12 木	ニコリキッズキャラバン シーツ交換(幼児)	豚肉の生姜焼き ★ポテトサラダ サムゲタン風スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン じゃが芋、人参、胡瓜、ツナ、コーン、マヨネーズ 鶏肉、大根、椎茸、白ねぎ、もち米	●シリアルクッキー ●牛乳
13 金	E~たいむ(幼児)	★●パン / フルーツ チキンのトマト煮 ブロッコリーサラダ	パン / パナナ 鶏肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、しめじ、トマト缶 ブロッコリー、キャベツ、人参、ツナ、コーン	●フルーツヨーグルト ●ビスケット
14 土	土曜保育 園庭開放	きつねうどん お浸し ●チーズ	うどん、鶏肉、油揚げ、人参、かまぼこ、ほうれん草 キャベツ、人参、平天 チーズ	黒糖ちんすこう ●牛乳
15 日				
16 月	スイミング(きりん)	鶏肉の梅照り焼き/添野菜 ★マカロニサラダ みそ汁	鶏肉、梅肉 / ほうれん草 マカロニ、人参、胡瓜、ツナ、コーン、マヨネーズ 厚揚げ、南瓜、青ねぎ	●苺マフィン ●牛乳

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
17 火	体育遊び(幼児)	あじの唐揚げ/添野菜 ごま和え ★かき玉汁	あじ / ブロッコリー 白菜、小松菜、胡瓜、人参、平天、ごま 卵、えのき、豆腐、三つ葉	●プリン風ゼリー クラッカー ●牛乳
18 水		★●パン / フルーツ ●ビーフシチュー ツナサラダ	パン / パナナ 牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ルウ キャベツ、胡瓜、人参、ツナ、コーン	いなり寿司 ●牛乳
19 木	ジャガイモほり(いぬ)	豚肉のしぐれ煮 酢の物 みそ汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん ツナ、大根、胡瓜、人参 キャベツ、もやし、青ねぎ	★●スイートポテト ●牛乳
20 金	E~たいむ(幼児)	ミートスパゲティー 大豆サラダ フルーツ	スパゲティー、合挽肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、上新粉 ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、胡瓜、人参 黄桃	★●お好み焼き ●牛乳
21 土	土曜保育	肉うどん 南瓜の天ぷら ゼリー	うどん、牛肉、玉ねぎ、人参、青ねぎ 南瓜、天ぷら粉 ゼリー	●ココア蒸しパン ●牛乳
22 日				
23 月	お誕生会	キーマカレー カニカマサラダ ●チーズ	合挽肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、胡瓜、人参、カニカマ、コーン チーズ	★●パースデーケーキ ●牛乳
24 火	体育遊び(幼児)	鯖のさっぱり煮 キャベツとパインのサラダ 豚汁	鯖 キャベツ、パイン、胡瓜、レーズン 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、大根、青ねぎ	●コロケ ●牛乳
25 水	お習字(きりん) シーツ交換(乳児)	けんちんうどん 春巻き フルーツ	うどん、豚肉、大根、ごぼう、玉ねぎ、人参、椎茸、こんにゃく、青ねぎ 春巻き オレンジ	●ジャムサンド ●牛乳
26 木	避難訓練 シーツ交換(幼児)	鶏肉の唐揚げレモンソース/添野菜 じゃことひじきのサラダ みそ汁	鶏肉、レモン汁 / トマト ひじき、ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、人参、パプリカ 厚揚げ、わかめ、青ねぎ	フルーツゼリー ★●バウムクーヘン ●牛乳
27 金	Jリーグ(いぬ・きりん)	★●パン / フルーツ ●肉団子シチュー グリーンサラダ	パン / パナナ 肉団子、玉ねぎ、人参、じゃが芋、牛乳、バター、上新粉 キャベツ、ブロッコリー、胡瓜、コーン	中華おこわ ●牛乳
28 土	土曜保育 園庭開放	和風あんかけスパゲティー ウインナーソテー ゼリー	スパゲティー、鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、のり ウインナー、玉ねぎ、小松菜 ゼリー	●どら焼き ●牛乳
29 日				
30 月	けいあい動物園	★冷やしうどん ●揚げしゅうまい ゼリー	うどん、ツナ、胡瓜、トマト、錦糸卵 しゅうまい ゼリー	夕焼けおにぎり ●牛乳

◆献立内容は仕入れ等の状況により、変更する場合があります。
◆アレルギー対応をされているお子さんと、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
◆乳児クラスは、朝おやつにせんべいやビスケット等を提供します。
※6・7・8月は、衛生上、毎週土曜日 幼児も給食です。

今月の1人当たりの栄養量(3歳児)

	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	516	19.4	14.3	230	2	200	0.3	0.35	23	4	1.6
平均	526	19.7	15.9	245	1.9	200	0.31	0.42	22	4.4	1.7