



## 6 月予定および献立表



令和6年5月20日(月曜日)  
けいあいルンビニ五月が丘

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1 土		ビスコ	カレーピラフ コーンサラダ わかめスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん キャベツ、きゅうり、コーン 玉ねぎ、わかめ	●あんサンド ●牛乳
2 日					
3 月		クラッカー	ビビンバ しゅうまい サンラータン	合挽肉、ほうれん草、人参、もやし、豆腐、ごま しゅうまい 豚肉、白菜、人参、春雨、筍、干し椎茸、青葱	●シュガートースト ●牛乳
4 火	虫歯予防デー	せんべい	肉じゃが 切干大根の梅風味 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん ツナ、切り干し大根、人参、もやし、梅肉 ほうれん草、油揚げ	★●オレンジケーキ ●牛乳
5 水		満月ポン	鯖の塩焼き 付野菜 ★高野豆腐の卵とし 味噌汁	鯖 / きゅうり 高野豆腐、卵、人参、三つ葉 キャベツ、もやし	フライドポテト ●牛乳
6 木		アスパラガス ビスケット	鶏のから揚げレモンソース じゃこサラダ / 付野菜 味噌汁	鶏肉、レモン / ブロccoli ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参 玉ねぎ、豆腐、青葱	ひじきご飯おにぎり ●牛乳
7 金		ビスケット	豚肉とキャベツのみそ炒め ●ばんさんすう ★卵とコーンのスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、甜麺醬 かにかま、きゅうり、人参、もやし 卵、クリームコーン缶、玉ねぎ、青葱	★●フレンチトースト ●牛乳
8 土		ビスコ	焼きそば ごま和え 味噌汁	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン こまつな、白菜、人参、ごま 玉ねぎ、しめじ	ゼリー・せんべい ●牛乳
9 日					
10 月		クラッカー	鯛の野菜あんかけ ★マカロニサラダ 味噌汁	鯛、玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン ツナ、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ じゃがいも、わかめ、青葱	コロッケ ●牛乳
11 火		せんべい	ハヤシライス ひじきサラダ フルーツ	牛肉、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、デミグラスソース ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ 黄桃缶	おにぎり(鯖・こんぶ) ●牛乳
12 水		満月ポン	★鮭寿司 平天と野菜の煮物 すまし汁	鮭、きゅうり、大葉、錦糸卵、ごま、のり 平天、じゃが芋、人参、大根、いんげん 豆腐、えのき茸、三つ葉	フルーツゼリー せんべい ●牛乳
13 木	シーツ交換	アスパラガス ビスケット	鶏肉のマーマレード焼き ★ポテトサラダ 味噌汁	鶏肉、マーマレード ツナ、じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ なす、油揚げ、青葱	●ココア蒸しパン ●牛乳
14 金		ビスケット	豚肉のしぐれ煮 酢の物 味噌汁	豚肉、ごぼう、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、大根 かぼちゃ、えのき茸、青葱	●ジャムサンド ●牛乳
15 土		ビスコ	豚丼 お浸し 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、いんげん ほうれん草、白菜、しめじ 麩、わかめ	★●チーズホットケーキ ●牛乳

■献立の内容は、仕入れの状況により、若干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で、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

■乳児さんの朝のおやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。

日曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
16 日					
17 月	避難訓練	クラッカー	●肉団子の甘酢あんかけ ナムル 白菜とろろスープ	肉団子、玉ねぎ、人参、ピーマン ほうれん草、人参、もやし、ごま油 白菜、干椎茸、青梗菜、ちくわ	★●ミルクパン ●牛乳
18 火		せんべい	★●豆腐の松風焼き 切干大根煮 味噌汁	鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、青葱、卵、パン粉、牛乳、味噌、ごま 切干大根、人参、油揚げ、しらたき、いんげん ほうれん草、豆腐	いなり寿司 ●牛乳
19 水		満月ポン	★●鯛ムニエルタルタルソース 大豆サラダ きのこスープ	鯛、小麦粉、バター、卵、マヨネーズ 大豆、じゃがいも、きゅうり、人参 えのき茸、しめじ、玉ねぎ	●お麩ラスク ●牛乳
20 木		アスパラガス ビスケット	鶏の照り焼 / 付野菜 カニカマサラダ 味噌汁	鶏肉 / かぼちゃ カニカマ、キャベツ、きゅうり、人参 麩、わかめ、ねぎ	●揚げパン ●牛乳
21 金	誕生会	ビスケット	チキンカレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン ヨーグルト	★●パースディケーキ ●牛乳
22 土	保育参観				
23 日					
24 月	水遊び開始	クラッカー	鶏肉の甘辛揚げ 白和え 味噌汁	鶏肉 豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、こんにゃく、ごま キャベツ、じゃが芋	フルーツ寒天 ●ビスケット
25 火		せんべい	★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ささみ、きゅうり、トマト、錦糸卵 かぼちゃ、竹輪、てんぷら粉 バナナ	中華おこわ ●牛乳
26 水		満月ポン	★●てりやきハンバーグ ツナサラダ 味噌汁	合挽ミンチ、玉ねぎ、卵、パン粉、牛乳 ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン 玉ねぎ、なす、青葱	●フルーツヨーグルト ★●バウムクーヘン
27 木	歯科検診 シーツ交換	アスパラガス ビスケット	わかめご飯 鮭の西京焼き ひじき煮 豚汁	わかめ 鮭、味噌 ひじき、大豆、人参、しらたき、いんげん 豚肉、大根、人参、ごぼう、じゃが芋、青葱	●おからドーナツ ●牛乳
28 金		ビスケット	生姜焼き 磯和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン ほうれん草、白菜、人参、のり わかめ、麩、青葱	●マシュマロおこし ●牛乳
29 土		ビスコ	チキンライス ウイナーと小松菜ソテー コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん ウイナー、小松菜 じゃが芋、玉ねぎ	たい焼き・チーズ ●牛乳
30 日					

	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	469	17.6	13.1	200	2	180	0.25	0.3	18	0	1.5
平均	485	16.7	14.5	217	1.9	165	0.29	0.35	20	3.5	1.3