



2024年度 6月 献立表



健生くまのこ園

日付	朝おやつ	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	アレルギー
1(土)	牛乳	うどん、あげだし豆腐、ヨーグルト	ビスケット、牛乳	牛乳、ヨーグルト	うどん、ビスケット	野菜スープ		
3(月)	お菓子	麻婆豆腐、春雨中華サラダ、ごはん	バームクーヘン、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、牛乳	油、砂糖、かたくり粉、ごま油、はるさめ、いりごま、米、バームクーヘン	たまねぎ、白ねぎ、しょうが、にんじん、きゅうり	こいくちしょうゆ、あわせみそ、酒、コンソメ、水、酢	
4(火)	牛乳	みそラーメン、ミートボールのケチャップ煮、ミニゼリー	フルーツヨーグルト	豚肉、卵、ミートボール、ヨーグルト	中華麺、油、砂糖、ごま油、すりごま、かたくり粉、ミニゼリー	ごまつな、にんじん、もやし、白ねぎ、コーン缶、ピーマン、みかん缶、もも缶、バナナ	塩、こしょう、こいくちしょうゆ、赤みそ、コンソメ、水	
5(水)	お菓子	スペイン風オムレツ、なすのトマト煮、ロールパン	鮭わかめごはん、牛乳	卵、ツナ缶、ピザ用チーズ、牛乳、鶏ひき肉、炊き込みわかめ、サケフレーク	じゃがいも、砂糖、オリーブ油、ロールパン、米、いりごま	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、なす、しめじ、カットトマト	コンソメ、塩、酒	たまご：弁当
6(木)	牛乳	カレーライス、ブロッコリーコンドレッシング、ミックスキャロット	ドーナツ、牛乳	合いびき肉、卵、牛乳	米、じゃがいも、油、砂糖、ドーナツ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶、コーンクリーム、ミックスキャロット(ジュース)	カレールー、コンソメ、水、酢、塩	
7(金)	お菓子	中華丼、しゅうまい、ぶどうゼリー	塩せんべい、牛乳	豚肉、かにかまぼこ、うずら卵(水煮)、しゅうまい(冷)、牛乳	米、油、砂糖、かたくり粉、ごま油、ぶどうゼリー、塩せんべい	ごまつな、もやし、たまねぎ、にんじん	水、こいくちしょうゆ、こしょう、コンソメ	
8(土)	牛乳	スパゲティミートソース、フルーツゼリー、牛乳	せんべい	牛乳、ミートソース	スパゲティ、せんべい	フルーツゼリー		
10(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め、ミニポテトフライ、ごはん	パイナップルケーキ、牛乳	厚揚げ、鶏ひき肉、牛乳	ごま油、かたくり粉、フライドポテト(冷)、油、米、ホットケーキミックス	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、パイナップル(缶)	コンソメ、こいくちしょうゆ、塩、水	
11(火)	牛乳	チャプチェ、たまごスープ、ふりかけおにぎり	じゃこトースト、牛乳	牛肉(和牛)、卵、しらす干し、青のり、牛乳	はるさめ、ごま油、砂糖、いりごま、かたくり粉、米、食パン、マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、白ねぎ	コンソメ、こいくちしょうゆ、水、ふりかけ	
12(水)	お菓子	ハンバーグ、ブロッコリー、ひじきの煮物、ごはん	コーンスナック、牛乳	合いびき肉、牛乳、ひじき、油あげ、大豆(国産)ゆで	パン粉、砂糖、マヨネーズ、油、米、コーンスナック	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、しいたけ(干、乾)	塩、こしょう、ケチャップ、ウスターソース、水、こいくちしょうゆ、だし汁	
13(木)	牛乳	ぶっかけそうめん、メンチカツ、ほうれん草大豆サラダ	しょうゆせんべい、牛乳	昆布、牛乳、卵、大豆(蒸し)、魚肉ソーセージ	ひやむぎ、油、マヨネーズ、砂糖、しょうゆせんべい	青ねぎ、ミニトマト、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん	だし汁、みりん、こいくちしょうゆ、水、塩、こしょう	
14(金)	お菓子	鶏の唐揚げ、ブロッコリー、かぼちゃサラダ、しそごはん	みたらし団子、牛乳	鶏肉、プロセスチーズ、牛乳、絹ごし豆腐	小麦粉、かたくり粉、油、マヨネーズ、米、上新粉、白玉粉、砂糖	しょうが、ブロッコリー、かぼちゃ、きゅうり、ゆかり	こいくちしょうゆ、みりん、酒、塩、水	
15(土)	牛乳	カレーライス、ブロッコリー、バナナ、牛乳	ビスケット	牛乳、カレーレトルト	米、ビスケット	ブロッコリー、バナナ		
17(月)	お菓子	アジフライ、ひじきとじゃがいもの煮物、ごはん、牛乳	豆乳もち	あじフライ(冷)、ツナ缶、牛乳、豆乳、きな粉	油、じゃがいも、かたくり粉、米、砂糖、黒砂糖	にんじん、たまねぎ	こいくちしょうゆ、水、塩	
18(火)	牛乳	チキンライス、ブロッコリー、コーンスープ、あじさいゼリー	コーンフレーク	鶏もも、牛乳、寒天、豆乳	米、マーガリン、マヨネーズ、砂糖、コーンフレーク	ミックスベジタブル、たまねぎ、ブロッコリー、りんごジュース、ぶどうジュース	ウスターソース、ケチャップ、コンソメ、塩、こしょう、コーンクリーム、水	
19(水)		運動会						
20(木)	お菓子	三色丼、味噌汁(おつゆふ・あおさ)、ミニゼリー	マーマレード蒸しケーキ、牛乳	鶏ひき肉、卵、あおさ(煮干し)、牛乳	米、砂糖、油、いりごま、おつゆふ、ミニゼリー、ホットケーキミックス、マーガリン、マーマレード	しょうが、ほうれんそう	こいくちしょうゆ、みりん、水、塩、だし汁、あわせみそ、ベーキングパウダー	たまご：弁当
21(金)	牛乳	肉じゃが、きゅうりとかにかまの酢の物、ごはん	ジャムサンド、牛乳	豚肉、カットわかめ、かにかまぼこ、牛乳	じゃがいも、しらたき、砂糖、米、食パン、いちごジャム	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、きゅうり	こいくちしょうゆ、みりん、だし汁、酢、塩	
22(土)	牛乳	うどん、あげだし豆腐、ヨーグルト	ビスケット、牛乳	牛乳、ヨーグルト	うどん、ビスケット	野菜スープ		
24(月)	お菓子	なすと豚肉のみそ炒め、さつま芋の煮物、ごはん	フレンチトースト、牛乳	豚肉、牛乳、卵	砂糖、油、さつまいも、米、食パン	なす、たまねぎ、ピーマン、にんじん	こいくちしょうゆ、あわせみそ、みりん、だし汁	
25(火)	牛乳	とんかつ、ポテトサラダ、昆布と枝豆の混ぜごはん	オレンジパイ、牛乳	とんかつ、ツナ缶、塩こぶ、牛乳	油、じゃがいも、砂糖、マヨネーズ、米、いりごま、オレンジパイ	ミックスベジタブル、枝豆	水、酢、塩	
26(水)	お菓子	白身魚のポテトチーズ焼き、ミニトマト、切干大根の煮物、ごはん	ひじき混ぜご飯、牛乳	かれい、油あげ、ひじき、ツナ缶、牛乳	油、じゃがいも、砂糖、米	たまねぎ、コーンクリーム、ミニトマト、切り干し大根、にんじん	塩、酒、みりん、こいくちしょうゆ、だし汁	
27(木)	牛乳	厚焼き玉子サンド、ハムチーズサンド、コールスロー	ケロケロクッキー、牛乳	卵、ハム、プロセスチーズ、かにかまぼこ、牛乳	食パン、砂糖、油、マヨネーズ、小麦粉、バター	キャベツ、コーン缶、にんじん	うすくちしょうゆ、だし汁、ケチャップ、酢、塩、抹茶、ココア	たまご：弁当
28(金)	お菓子	タコライス、にんじんしりしり、ヨーグルト	ラスク、牛乳	合いびき肉、卵、ツナ缶、ヨーグルト、牛乳	米、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油、ロールパン、バター	たまねぎ、ピーマン、キャベツ、オクラ、にんじん	ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん	
29(土)	牛乳	スパゲティミートソース、フルーツゼリー、牛乳	せんべい	牛乳、ミートソース	スパゲティ、せんべい	フルーツゼリー		

月平均栄養価(3才以上児)

エネルギー 573kcal たんぱく質 19.6g 脂質 19.4g

月平均栄養価(3才未満児)

エネルギー 436kcal たんぱく質 14.6g 脂質 14.3g

※献立は仕入れ状況により、メニューが変更になることがあります。土曜日は人数によってメニューが変更になることがあります。

※離乳食(1歳6か月頃まで):ご家庭で食べたことのある食品をもとに提供しています。初めて食べた食品は連絡帳にてお知らせください。

※幼児食:献立表の食材を参考に初めて食べる食品は、ご家庭で一度食べていただけるとより安全に提供できますのでご協力お願いいたします。



2024年6月 離乳食献立表

	朝おやつ	離乳食	午後おやつ	アレルギー
1	士	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1こ 〈ヨーグルト〉ヨーグルト35g	あかちゃんせん	
3	月	〈麻婆豆腐〉木綿豆腐 42g 豚ひき肉 14g たまねぎ 14g こいくちしょうゆ あわせみそ 砂糖 コンソメ かたくり粉 〈じゃがいもの煮物〉じゃがいも 20g たまねぎ 20g にんじん 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
4	火	牛乳 〈みそラーメン〉うどん 28g 豚肉14g 卵10gこまつな 21g にんじん 11g もやし 14g コーン缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ あわせみそ コンソメ 〈豆腐煮〉木綿豆腐 30g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ミニゼリー〉1こ	バナナヨーグルト	
5	水	牛乳 〈スペイン風オムレツ〉卵 21g ツナ缶 7g にんじん 5.6g たまねぎ 11g ブロッコリー 11g じゃがいも 11g 牛乳 5.6g 〈なすのトマト煮〉なす 14g たまねぎ 11g しめじ 7g 鶏ひき肉 4.9g カットマト 砂糖 こいくちしょうゆ 〈ロールパン〉ロールパン 2/3個 <パン粥〉ロールパン 2/3個 粉ミルク	わかめごはん 牛乳	たまご: 弁当
6	木	牛乳 〈トマト煮〉合いびき肉25g じゃがいも 30g たまねぎ 30g にんじん 15g カットマト 8.4g キャベツ 10g コンソメこいくちしょうゆ 砂糖 〈ブロッコリーミルク煮〉ブロッコリー 21g コーン缶 4.9g 粉ミルク 塩	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
7	金	牛乳 〈中華丼〉米 35g ほうれん草 21g もやし 14g たまねぎ 14g にんじん 11g 豚肉 11g こいくちしょうゆ 砂糖コンソメ かたくり粉 〈豆腐煮〉木綿豆腐 30g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ミニゼリー〉1こ	たべっこどうぶつ ほうれんそうせんべい 牛乳	
8	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1こ 〈ミニゼリー〉ミニゼリー1個 <牛乳〉牛乳30ml	あかちゃんせん	
10	月	牛乳 〈厚揚げの煮物〉厚揚げ 28g 鶏ひき肉 11g たまねぎ 21g にんじん 7g ほうれんそう 11g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 〈粉ふき芋〉じゃがいも 30g 塩 青のり 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
11	火	牛乳 〈じゃがいもと牛肉の煮物〉じゃがいも30g 牛肉(和牛)14g たまねぎ 7g にんじん 7g ピーマン 4.2g コンソメ こいくちしょうゆ 砂糖 〈たまごスープ〉卵 11g たまねぎ 15g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	ゼリー 牛乳	
12	水	牛乳 〈パンハーフ〉合いびき28g たまねぎ 18g 牛乳 9.8g パン粉 2.5g 塩 こいくちしょうゆ 砂糖 かたくり粉 <ブロッコリー〉ブロッコリー 14g 塩 〈ひじきの煮物〉ひじき 0.56g 油あげ 3.5g にんじん 5.6g大豆(国産蒸し) 14g たまねぎ 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
13	木	牛乳 〈ぶっかけそうめん〉ひやむぎ 35g ミニトマト 14g だし汁 砂糖 こいくちしょうゆ 昆布 〈鶏肉の煮物〉鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ほうれん草大豆ミルク煮〉大豆(国産蒸し) 15g ほうれんそう 20g にんじん 8g 粉ミルク 塩	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
14	金	牛乳 〈鶏肉の煮物〉鶏肉 28g ブロッコリー 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈かぼちゃの煮物〉かぼちゃ 20g にんじん 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	きなこだんご 牛乳	
15	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1こ 〈バナナ〉バナナ1/3個 <牛乳〉牛乳30ml	あかちゃんせん	
17	月	牛乳 〈ツナの煮物〉ツナ缶 20g たまねぎ 15g こいくちしょうゆ かたくり粉 〈ひじきとじゃがいもの煮物〉 にんじん 5.6g たまねぎ 11g じゃがいも 11g こいくちしょうゆ かたくり粉 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g <牛乳〉牛乳 30g	豆乳もち	
18	火	牛乳 〈チキンライス〉米 35g 鶏もも14g にんじん 11g たまねぎ 11g コンソメ カットマト こいくちしょうゆ 〈ブロッコリー〉ブロッコリー 14g 塩 〈コーンスープ〉コーンクリーム 20g たまねぎ10g コンソメ 豆乳 28g かたくり粉 <ミニゼリー〉1こ	ゼリー 牛乳	
19	水	運動会		
20	木	牛乳 〈三色丼〉米 35g 鶏ひき肉 21g ほうれんそう 14g だし汁 砂糖 こいくちしょうゆ かたくり粉 卵 21g 砂糖 塩 だし汁 油 〈味噌汁(おつゆふ)〉おつゆふ 0.7g あわせみそ だし汁 〈ミニゼリー〉1こ	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	たまご: 弁当
21	金	牛乳 〈肉じゃが〉豚肉 14g じゃがいも 35g にんじん 11g たまねぎ 21g さやいんげん 3.5g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 〈きゅうりとわかめのだし煮〉きゅうり 15g カットわかめ 0.75g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	食パン 牛乳	
22	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1こ 〈ヨーグルト〉ヨーグルト35g	あかちゃんせん	
24	月	牛乳 〈なすと豚肉のみそ煮〉なす 28g たまねぎ 14g ピーマン 3.5g にんじん 4.9g 豚肉11g 砂糖 こいくちしょうゆ あわせみそ だし汁 〈さつま芋の煮物〉さつまいも 28g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
25	火	牛乳 〈鶏肉の煮物〉鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ポテトミルク煮〉じゃがいも 40g にんじん 5g きゅうり 7g 粉ミルク 塩 〈わかめごはん〉米 炊き込みわかめ 80-95g 粥の方は粥	ゼリー 牛乳	
26	水	牛乳 〈煮魚〉たら 30g たまねぎ 10g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ミニトマト〉ミニトマト 14g 〈大根の煮物〉大根 30g 油あげ 6g にんじん 10g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g < 粥〉75-90g	ひじきまぜごはん 牛乳	
27	木	牛乳 〈厚焼き玉子〉卵 21g こいくちしょうゆ だし汁 砂糖 油 〈コールスロー〉キャベツ 40g コーン缶 6g にんじん 5g 粉ミルク 塩 〈食パン〉食パン 0.8枚 <パン粥〉食パン 0.8枚 粉ミルク	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	たまご: 弁当
28	金	牛乳 〈タコライス風〉米 35g合いびき28g たまねぎ 21g ピーマン 5.6g キャベツ 14g 卵 11g カットマト 砂糖 こいくちしょうゆ コンソメ 〈ツナと人参の煮物〉にんじん 21g ツナ缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ヨーグルト〉0.5こ	たべっこどうぶつ ほうれんそうせんべい 牛乳	
29	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1こ 〈ミニゼリー〉ミニゼリー1個 <牛乳〉牛乳30ml	あかちゃんせん	