

令和 7 年



6月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
2	月	牛乳 クラッカー	ご飯 豚のみそ漬焼き みかんサラダ 中華スープ	牛乳 かぼちゃケーキ	牛乳・ぶた肉・麦みそ・絹 ごし豆腐・豆乳	ソーダークラッカー・米・砂 糖・油・ホットケーキミックス	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・みかん缶詰・こまつな・ りょくとうもやし・冷凍くりか ぼちゃ
3	火	牛乳 せんべい	食パン たらのケチャップソースかけ マセドアンサラダ マカロニスープ	お茶 昆布おにぎり	牛乳・たら・ロースハム	サラダせんべい・食パン・薄 力粉・油・無塩バター・じゃ がいも・マヨドレ・マカロ ニ・スパゲティ・米・いりこ ま	トマトケチャップ・きゅうり・ にんじん・たまねぎ・チンゲン サイ・塩昆布
4	水	牛乳 エースコイン	チキンカレー カニかまサラダ フルーツヨーグルト和え	牛乳 シュガーパイ	牛乳・若鶏もも・かにかま ぼこ・プレーンヨーグル ト・鶏卵	ビスケット・米・じゃがい も・油・砂糖・パイ皮・グラ ニュー糖	にんじん・たまねぎ・キャベ ツ・アスパラガス・バナナ・パ インアップル缶詰・白桃缶
5	木	牛乳 ウエハース	ご飯 カレーのフライ 中華サラダ 味噌汁	牛乳 豆腐ホットケーキ	牛乳・まがれい・油揚げ・ 麦みそ・絹ごし豆腐	米・薄力粉・生パン粉・油・ 砂糖・ごま油・いりごま・ ホットケーキミックス・粉糖	トマトケチャップ・りょくとう もやし・きゅうり・にんじん・ 冷凍ほうれんそう・たまねぎ
6	金	牛乳 ビスケット	焼きそば フロッコリーのサラダ コンソメスープ バナナ	お茶 鶏そぼろおにぎり	牛乳・豚肉・卵・若鶏も も・鶏ひき肉・ちくわ	ビスケット・焼きそばめん・ 油・米・砂糖	たまねぎ・青ピーマン・キャベ ツ・もやし・フロッコリー・に んじん・コーン・はくさい・黄 パプリカ・バナナ・あおのり
7	土	牛乳 せんべい	牛丼 のり塩ポテト ほうれん草のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・牛ばら・絹ごし豆腐	サラダせんべい・米・油・砂 糖・じゃがいも・しょうゆせ んべい	たまねぎ・あおのり・冷凍ほう れんそう
9	月	牛乳 クラッカー	ご飯 豚肉と玉ねぎのカレー炒め ピーマンサラダ すまし汁	牛乳 ブルーベリー蒸パン	牛乳・ぶたロース・ツナ 缶・ちくわ・豆乳	ソーダークラッカー・米・片 栗粉・油・ピーマン・マヨド レ・ホットケーキミックス	たまねぎ・青ピーマン・しめ じ・きゅうり・にんじん・だい こん・もずく・ブルーベリー ジャム
10	火	牛乳 せんべい	ご飯 さばの漬け焼き もやしのゆかり和え 味噌汁 桃缶	牛乳 フライドポテト	牛乳・さば・豆腐・麦みそ	サラダせんべい・米・砂糖・ フライドポテト・油	だいずもやし・にんじん・赤し そふりかけ・キャベツ・えのき だけ・白桃缶
11	水	牛乳 エースコイン	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 大豆とひじきの煮物 白菜のスープ	牛乳 ジャムサンド	牛乳・鶏もも(皮なし)・大 豆水煮缶詰・油揚げ	ビスケット・米・パン粉・ 油・砂糖・食パン・有塩マー ガリン	乾ひじき・にんじん・はくさ い・たまねぎ・いちごジャム
12	木	牛乳 ウエハース	麻婆丼 春雨サラダ かぼちゃのすまし汁	お茶 桃入りフルーチェ	牛乳・豆腐・ぶたひき肉・ 赤色辛みそ・ロースハム	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ はるさめ・フルーチェ	にんじん・乾しいたけ・青ね ぎ・りょくとうもやし・きゅう り・にんじん・くりかぼちゃ・ カットわかめ・たまねぎ・黄桃 缶
13	金	牛乳 ビスケット	ロールパン 鮭の照り焼き ポテトサラダ トマトスープ オレンジ	お茶 ゆかりおにぎり	牛乳・さけ・ウインナー ソーセージ	ビスケット・ロールパン・砂 糖・じゃがいも・マヨドレ・ 米・いりごま	きゅうり・にんじん・コーン・ たまねぎ・キャベツ・トマト ピューレ・オレンジ
14	土	牛乳 せんべい	ねぎ塩豚肉チャーハン 人参ときゅうりのマリネ ほうれん草のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたもも(皮脂無)	サラダせんべい・米・ごま 油・砂糖・油・マリービス ケット	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ にんじん・きゅうり・冷凍ほう れんそう・コーン
16	月	牛乳 クラッカー	ご飯 ピザ風卵焼き ツナサラダ なすの味噌汁	牛乳 じゃがいももち	牛乳・鶏卵・ベーコン・ チーズ・まぐろ水煮缶詰・ 油揚げ・麦みそ	ソーダークラッカー・米・ 油・マヨドレ・じゃがいも・ 片栗粉・なたね油	たまねぎ・青ピーマン・トマト ケチャップ・キャベツ・きゅう り・にんじん・なす

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	466	18	17	213	1.2	166	0.23	0.34	20	3.5	1.4
3歳以上	534	21	18	215	1.7	184	0.29	0.37	25	4.5	1.6



令和 7 年

6月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
17	火	牛乳 せんべい	麦ご飯 カレーの磯部焼き 大根ナムル 春雨スープ	牛乳 黒ゴマちゃんすこう	牛乳・まがれい・板かまぼ こ	サラダせんべい・米・押麦・ ごま油・いりごま・はるさ め・薄力粉・砂糖・油・ごま	青のり・だいこん・にんじん・ きゅうり・はくさい・乾しいた け
18	水	牛乳 エースコイン	ご飯 鶏肉のゴマ味噌焼き スパゲティサラダ すまし汁	牛乳 米粉の蒸しパン	牛乳・若鶏もも皮なし・麦 みそ・ロースハム・豆乳	ビスケット・米・ごま・砂 糖・マカロニ・スパゲティ・ マヨドレ・米粉・甘納豆(あ ずき)	きゅうり・にんじん・冷凍くり かぼちゃ・たまねぎ・こまつな
19	木	牛乳 ウエハース	とつもちこしごはん 豚肉のくわ焼き かみかみサラダ 里芋の味噌汁 ★食育献立(かみかみ献立)	牛乳 クラッカーサンド	牛乳・ぶたロース・油揚 げ・麦みそ	米・片栗粉・油・砂糖・さと いも・生いも板こんにゃく・ クラッカー	コーン缶(粒)・アスパラガス・ キャベツ・たくあん漬・にんじ ん・いちごジャム
20	金	牛乳 ビスケット	焼きビーフン ブロッコリーの黒ごまあえ 中華風スープ	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ぶたひき肉・ゆで若 鶏ささ身・生揚げ	ビスケット・ビーフン・ごま 油・いりごま・砂糖・米	たまねぎ・にんじん・生しいた け・にら・ゆでブロッコリー・ はくさい・カットわかめ
21	土	牛乳 せんべい	そばろかけご飯 きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁	牛乳 お菓子	牛乳・鶏ひき肉・凍り豆腐	サラダせんべい・米・油・砂 糖・チョコスクッキー	たまねぎ・にんじん・きゅう り・カットわかめ・だいこん・ こまつな・えのきたけ
23	月	牛乳 クラッカー	納豆チャーハン もやしのナムル チンゲン菜のスープ みかん缶	お茶 コーンフレックスナック	牛乳・しらす干し・納豆・ かつお油漬缶詰	ソーダクラッカー・米・ご ま油・いりごま・コーンフ レック・マシュマロ・無塩バ ター	たまねぎ・冷凍ほうれんそう・ りょくとうもやし・にんじん・ チンゲンサイ・えのきたけ・み かん缶詰
24	火	牛乳 せんべい	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き ブロッコリーのサラダ ポトフ風スープ	牛乳 カルピス蒸しパン	牛乳・さけ・ウインナー ソーセージ	サラダせんべい・米・マヨド レ・砂糖・油・じゃがいも・ ホットケーキミックス・カル ピス	たまねぎ・ブロッコリー・にん じん・コーン・キャベツ
25	水	牛乳 エースコイン	食パン 照り焼きチキン にんじんサラダ 豆乳スープ	お茶 じゃこわかめおにぎり	牛乳・若鶏もも・ツナ缶・ ベーコン・豆乳・しらす干 し	ビスケット・食パン・砂糖・ 油・米	しょうが・にんじん・きゅう り・冷凍ほうれんそう・たまね ぎ・にんじん・炊き込みわかめ
26	木	牛乳 ウエハース	ご飯 さわらの塩こうじ焼き さつまいもサラダ 味噌汁 パイン缶	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・さわら・ベーコン・ 絹ごし豆腐・麦みそ	米・塩こうじ・油・さつまい も・マヨドレ・砂糖	きゅうり・にんじん・だいこ ん・こまつな・パインアップル 缶詰・バナナ
27	金	牛乳 ビスケット	ふりかけご飯 鶏のから揚げ きのこサラダ コンスープ ヤクルト ★お誕生会メニュー	お茶 プリンアラモード	牛乳・若鶏もも・豆乳・ヤ クルト	ビスケット・米・片栗粉・ 油・砂糖・プリン・ホイップ クリーム	キャベツ・きゅうり・まいた け・コーン・たまねぎ・コーン 缶詰クリーム・みかん缶詰・バ ナナ・いちごジャム
28	土	牛乳 せんべい	トマトスパゲティ 粉ふき芋 野菜スープ	牛乳 お菓子	牛乳・まぐろ水煮缶詰	サラダせんべい・マカロニ・ スパゲティ・油・じゃがい も・源氏パイ	たまねぎ・冷凍コーン・ホール トマト・トマトケチャップ・パ セリ・冷凍ほうれんそう・にん じん
30	月	牛乳 クラッカー	ハヤシライス ピーンスサラダ フルーツゼリー	牛乳 ピザトースト	牛乳・ぶた肉・大豆水煮缶 詰・ベーコン・チーズ	ソーダクラッカー・米・ 油・じゃがいも・ゼリー・食 パン	たまねぎ・にんじん・マッシュ ルーム水煮缶・キャベツ・きゅ うり・トマトケチャップ