

2023年06月 予定献立表

認定こども園 両野こども園(一般)

日	曜	昼食献立名	1・2歳児 10時おやつ	3時おやつ	きいろ			あか			みどり		
					熱と力になるもの			血や肉や骨になるもの			体の調子を整えるもの		
1	木	中華風混ぜご飯 即席漬け みそ汁	幼児りんご 星食べよせんべい	スポロン チョコチップクッキー	米、こま(乾)、ごま油		豚肉、米みそ(淡色辛みそ)		キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう、にんじん、たけのこ、しいたけ、かんぴょう(乾)、カットわかめ、しょうが				
2	金	パンズパン チキンケハブ 粉ふき芋 ほうれん草とベーコンのカレー風味スープ	ほうじ茶 乾パン	麦芽飲料 抹茶マフィン	じゃがいも、ホットケーキ粉		牛乳、鶏小間、ベーコン、バター、ヨーグルト(無糖)		トマト、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、レモン果汁、にんにく、あおのり				
3	土	ハムカツパン マカロニサラダ 春巻とえのきのスープ	幼児ぶどう ハードビスケット	ピーチゼリー ハッピーターン	マカロニ、パン粉		ハム		しゅんぎく、きゅうり、にんじん、えのきたけ				
5	月	食パン ヒレカツ 蒸し野菜(アスパラ・キャベツ) おくらのスープ	健康ヨーグルト	牛乳 ようかん	油、パン粉、小麦粉、砂糖		牛乳、豚肉(ヒレ)、こしあん(生)、卵		キャベツ、にんじん、グリーンアスパラガス、オクラ、カットわかめ、かんでんクック				
6	火	パンフキンパン トマトとレタスの冷製スパゲティ ほうれん草のコンスープ	麦茶 ココナッツサブレ	幼児野菜フルーツ ソフトサラダせんべい	パンフキンパン、スパゲティ、油		牛乳、ツナ油漬缶		トマト、クリームコーン缶、ほうれんそう、レタス、たまねぎ、コーン缶、グリーンアスパラガス、にんにく				
7	水	米 幼児牛乳 ハヤシライス 大豆サラダ	ほうじ茶 源氏パイ	そうめん	米、じゃがいも、干しとうもろこし、油		牛乳、ゆで大豆、豚小間、ベーコン		たまねぎ、きゅうり、にんじん、マッシュルーム缶、グリーンピース缶				
8	木	米 ほうじ茶 鮭のカレー風味焼き 小松菜の和え物 高野豆腐の煮物	幼児りんご かりんとう	朝食りんごヨーグルト ミレービスケット	米、砂糖、ごま油		かじき、凍り豆腐		こまつな、もやし、きゅうり、にんじん				
9	金	食パン ハンバーグ もやしサラダ のむヨーグルト	グレープゼリー	ココアミルク メロン ハッピーターン	パン粉、油		豚ひき肉、脱脂粉乳、卵、牛乳		メロン(緑肉)、もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり				
10	土	豚肉とキャベツのうどん わかめの酢の物	牧場ヨーグルト	幼児りんご ぱりんこ	ゆであどん、砂糖、ごま油		豚肉		りんご濃縮果汁、もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、生わかめ、ねぎ				
12	月	米 ほうじ茶 酢豚 キャベツと胡瓜のツナサラダ	オレンジゼリー	きになる野菜 カステラパン	米、じゃがいも、ハーガーパン、油、片栗粉、砂糖		豚角肉、ツナ油漬缶		キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、たけのこ(水煮缶)、きゅうり、パイン缶				
13	火	ピピンパ 肉わんたんスープ ブルー	幼児野菜フルーツ かあさんビスケット	植物性フッピンプリン 星食べよせんべい	米、油、ワタンの皮、砂糖、ごま(乾)、ごま油		鶏ひき肉、豚ひき肉		ほうれんそう、大豆もやし、にんじん、ブルー(乾)、ねぎ、えのきたけ、しょうが、カットわかめ、にんにく				
14	水	食パン 鶏肉のさっぱり焼き ブロッコリーのマヨ和え 卵と豆腐のふわふわスープ	麦茶 ばかうけ	ヨーグルト和え リッツ	砂糖、ごま油、ごま(乾)		鶏むね肉、卵、木綿豆腐、グリンピースヨーグルト、鶏角肉		ブロッコリー、チンゲンサイ、もも缶(白桃)、みかん缶、パイン缶、バナナ、コーン缶、しょうが				
15	木	中華風混ぜご飯 即席漬け みそ汁	幼児りんご 星食べよせんべい	ジョア チョコチップクッキー	米、こま(乾)、ごま油		豚肉、米みそ(淡色辛みそ)		キャベツ、たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう、にんじん、たけのこ、しいたけ、かんぴょう(乾)、カットわかめ、しょうが				
16	金	パンズパン チキンケハブ 粉ふき芋 ほうれん草とベーコンのカレー風味スープ	ほうじ茶 乾パン	麦芽飲料 抹茶マフィン	じゃがいも、ホットケーキ粉		牛乳、鶏小間、ベーコン、バター、ヨーグルト(無糖)		トマト、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、レモン果汁、にんにく、あおのり				
17	土	ハムカツパン マカロニサラダ 春巻とえのきのスープ	幼児ぶどう ハードビスケット	ピーチゼリー ハッピーターン	マカロニ、パン粉		ハム		しゅんぎく、きゅうり、にんじん、えのきたけ				
19	月	食パン ヒレカツ 蒸し野菜(アスパラ・キャベツ) おくらのスープ	健康ヨーグルト	牛乳 ようかん	油、パン粉、小麦粉、砂糖		牛乳、豚肉(ヒレ)、こしあん(生)、卵		キャベツ、にんじん、グリーンアスパラガス、オクラ、カットわかめ、かんでんクック				
20	火	パンフキンパン トマトとレタスの冷製スパゲティ ほうれん草のコンスープ	麦茶 ココナッツサブレ	幼児野菜フルーツ ソフトサラダせんべい	パンフキンパン、スパゲティ、油		牛乳、ツナ油漬缶		トマト、クリームコーン缶、ほうれんそう、レタス、たまねぎ、コーン缶、グリーンアスパラガス、にんにく				
21	水	米 幼児牛乳 ハヤシライス 大豆サラダ	ほうじ茶 源氏パイ	幼児ぶどう ふがし	米、じゃがいも、油		牛乳、ゆで大豆、豚小間、脱脂粉乳、ベーコン		たまねぎ、にんじん、きゅうり、マッシュルーム缶、グリーンピース(水煮缶詰)				
22	木	米 ほうじ茶 鮭のカレー風味焼き 小松菜の和え物 高野豆腐の煮物	幼児りんご かりんとう	朝食りんごヨーグルト ミレービスケット	米、砂糖、ごま油		かじき、凍り豆腐		こまつな、もやし、きゅうり、にんじん				
23	金	食パン ハンバーグ もやしサラダ のむヨーグルト	グレープゼリー	ココアミルク メロン ハッピーターン	パン粉、油		豚ひき肉、脱脂粉乳、卵、牛乳		メロン(緑肉)、もやし、たまねぎ、にんじん、きゅうり				
24	土	豚肉とキャベツのうどん わかめの酢の物	牧場ヨーグルト	幼児りんご ぱりんこ	ゆであどん、砂糖、ごま油		豚肉		りんご濃縮果汁、もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、生わかめ、ねぎ				
26	月	米 ほうじ茶 酢豚 キャベツと胡瓜のツナサラダ	オレンジゼリー	スキムミルク かわらせんべい	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖、片栗粉		豚角肉、脱脂粉乳、ツナ油漬缶、卵		キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん、たけのこ、きゅうり、パイン缶				
27	火	食パン ハムとチーズのオムレツ コロコロサラダ 野菜と椎茸のスープ	幼児ぶどう 乾パン	植物性フッピンプリン 星食べよせんべい	油		卵、とろけるチーズ、ハム、牛乳		きゅうり、たまねぎ、ミニトマト、みずな、コーン缶、にんじん、ピーマン、しいたけ				
28	水	食パン 鶏肉のさっぱり焼き ブロッコリーのマヨ和え 卵と豆腐のふわふわスープ	麦茶 ばかうけ	ヨーグルト和え リッツ	砂糖、ごま油、ごま(乾)		鶏むね肉、卵、木綿豆腐、グリンピースヨーグルト、鶏角肉		ブロッコリー、チンゲンサイ、もも缶(白桃)、みかん缶、パイン缶、バナナ、コーン缶、しょうが				
29	木	豆ご飯 ほうれん草のツナ和え 茗竹汁	幼児りんご 星食べよせんべい	ジョア ビスコ	米、油、砂糖		鶏小間、大豆水煮缶、ツナ油漬缶		ほうれんそう、にんじん、たけのこ、きゅうり、ねぎ、えのきたけ、しいたけ、グリーンピース(水煮缶詰)、カットわかめ				
30	金	ピピンパ 肉わんたんスープ ブルー	幼児野菜フルーツ かあさんビスケット	幼児牛乳 動物パン	米、油、ワタンの皮、砂糖、ごま(乾)、ごま油		牛乳、鶏ひき肉、豚ひき肉		ほうれんそう、大豆もやし、にんじん、ブルー(乾)、ねぎ、えのきたけ、しょうが、カットわかめ、にんにく				

\* 献立は、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

\* コドモンアプリでも献立が見られます。ぜひご利用ください。

<月平均栄養価>

3歳以上児

3歳未満児

エネルギー

たんぱく質

脂質

食塩相当量

543kcal

23.0g

17.2g

1.8g

503kcal

20.1g

14.9g

1.5g