令和６年度６月献立表

行田こども園
こどものみらい保育園

月	6/3(月)	6/4(火)	6/5(水)	6/6(木)	6/7(金)	6/10(月)	6/11(火)	6/12(水)	6/13(木)	6/14(金)	6/17(月)
牛乳	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子
献立名	そぼろ丼 揚げなすと高野豆腐の煮物 人参と小松菜の塩昆布和え みそ汁	5分つきごはん 回鍋肉 じゃが芋と玉ねぎの中華炒め煮 チャプチェ 中華スープ	5分つきごはん サワラの竜田揚げ 大豆入り金平ごぼう きゅうりとトマトの白和え すまし汁	5分つきごはん 鶏肉のトマト煮込み 小松菜のソテー スパゲッサラダ コンソメスープ	5分つきごはん 照り焼きハンバーグ キャベツの煮びたし きゅうりの甘酢和え みそ汁	5分つきごはん 麻婆厚揚げ トマトときのこの中華焼き ちゃしときゅうりのナムル 中華スープ	5分つきごはん 筑前煮 ブロッコリーと塩昆布の炒め物 トマトのおひたし すまし汁	5分つきごはん じゃが芋とひき肉の重ね焼き ピーマンと鶏肉の洋びたし キャベツとトマトのフレンチサラダ コンソメスープ	肉うどん 鶏肉の南蛮漬け トマトときゅうりのごま和え	5分つきごはん サバの塩焼き じゃが芋のそぼろあんかけ きゅうり納豆 みそ汁	ビビンバ丼 トマトと卵の中華炒め 大根ときゅうりの中華サラダ 中華スープ
材料名	白米 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 醤油 砂糖 みりん ごま油 なす コーン 高野豆腐 豚肉 油 本だし 醤油 砂糖・みりん しょうが 小松菜 人参 きゅうり 塩昆布 本だし 醤油・砂糖 玉ねぎ わかめ 油揚げ 本だし みそ	米(半つき米) 豚肉 キャベツ・ピーマン 玉ねぎ 人参 赤みそ みそ 砂糖 醤油 にんにく ごま油 じゃが芋 玉ねぎ 青ねぎ ごま油・中華だし オイスターソース 砂糖・醤油 春雨 人参 きゅうり 中華だし 醤油・砂糖 ごま油・塩 卵 椎茸 トマト 中華だし 醤油 みりん ごま油 塩	米(半つき米) サワラ 醤油 みりん にんにく・しょうが 片栗粉・油 ごぼう 大豆 ピーマン 人参 さつま揚げ ごま油 醤油 みりん・砂糖 木綿豆腐 きゅうり トマト みそ 砂糖 醤油 白ごま 玉ねぎ 人参 麩 本だし 醤油 みりん 塩	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン なす 油 トマト ホールトマト ケチャップ ソース 塩 砂糖 コンソメ 小松菜 豚肉 人参 油 醤油・にんにく コンソメ・塩 スパゲティ ツナ きゅうり マヨネーズ・スキムミルク 酢・醤油 塩・白こしょう 大根 人参 椎茸 コンソメ 醤油・塩	米(半つき米) 鶏肉 豚肉 玉ねぎ 木綿豆腐 おから 人参 ピーマン スキムミルク 油・本だし 醤油・砂糖・みりん・片栗粉 キャベツ・コーン 油揚げ かつおぶし 本だし 醤油 砂糖 みりん きゅうり トマト 本だし 砂糖 酢 塩 醤油 白ごま わかめ 人参 玉ねぎ 本だし みそ	米(半つき米) 鶏肉 厚揚げ なす ピーマン 玉ねぎ・しょうが にんにく 赤みそ 中華だし 醤油・みりん 砂糖・塩 ごま油・片栗粉 トマト しめじ・えのき 人参 塩・こしょう 中華だし・ごま油 もやし きゅうり・油揚げ 醤油 黒ごま ごま油 玉ねぎ トマト 春雨 中華だし 醤油 みりん ごま油 塩	米(半つき米) 鶏肉 人参 れんこん 板こんにゃく いんげん 本だし 醤油 みりん 砂糖 ごま油 ブロッコリー ピーマン 塩昆布 醤油 ごま油 白ごま トマト コーン 本だし 醤油・砂糖 ごま油 小松菜 椎茸 麩 本だし 醤油 みりん 塩	米(半つき米) じゃが芋 油 醤油 鶏肉・豚肉 塩・白こしょう 玉ねぎ スキムミルク おから 木綿豆腐 マヨネーズ 片栗粉・油 トマト ホールトマト コンソメ ピーマン 鶏肉 もやし 人参 油 塩 白こしょう コンソメ キャベツ・トマト きゅうり・チーズ 油・酢・塩・白こしょう・砂糖 玉ねぎ 人参 わかめ コンソメ 醤油・塩	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 わかめ なす ごま油 本だし 醤油 みりん 塩 鶏肉 油 片栗粉 人参 あさつき 砂糖 酢 醤油 みりん トマト きゅうり 白ごま・本だし 醤油・砂糖	米(半つき米) サバ 塩 じゃが芋 鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 本だし 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 納豆 きゅうり ねぎ ごま油 醤油 みりん 本だし 木綿豆腐 玉ねぎ 油揚げ 本だし みそ	白米 豚肉 玉ねぎ・人参 もやし ピーマン チンゲン菜 にんにく・しょうが 中華だし・醤油・砂糖 ごま油 白ごま 塩 トマト 卵 玉ねぎ あさつき 塩・醤油 中華だし・ごま油 大根 きゅうり 人参 コーン ごま油・醤油・酢 玉ねぎ しめじ わかめ 中華だし 醤油 みりん ごま油 塩
おやつ	わかめおにぎり ほうじ茶	プレーンクッキー 麦茶	芋もち スキムミルク	ごま麩ラスク 麦茶ミルクティー	焼きビーフン スキムミルク	きな粉蒸しパン スキムミルク	ゼリーフライ スキムミルク	小倉トースト スキムミルク	人参おにぎり ほうじ茶	チーズパンケーキ 麦茶	じゃこおにぎり 純水
	白米 わかめ 塩 白ごま ごま油	小麦粉 砂糖 油 塩	じゃが芋 片栗粉 油 醤油 砂糖・みりん	麩・砂糖 白ごま 油 塩	ビーフン キャベツ・人参・玉ねぎ ニラ・卵 中華だし・みりん・醤油 ごま油・サラダ油	ホットケーキミックス きな粉	じゃが芋 おから 小麦粉 人参・塩 ソース・油	食パン 小豆 マーガリン	白米 人参 昆布だし 白ごま・塩 ごま油	ホットケーキミックス チーズ 油	白米 しらす ごま油 白ごま
栄養価	エネルギー：512(407)kcal たんぱく質：17.0(13.4)g 脂質：18.4(14.7)g 食塩：1.4(1.1)g	エネルギー：539(431)kcal たんぱく質：16.3(13.1)g 脂質：21.5(17.1)g 食塩：1.2(0.9)g	エネルギー：528(422)kcal たんぱく質：20.8(16.7)g 脂質：20.9(16.5)g 食塩：1.1(1.1)g	エネルギー：517(413)kcal たんぱく質：22.1(17.4)g 脂質：18.5(14.7)g 食塩：1.0(0.8)g	エネルギー：517(412)kcal たんぱく質：21.1(16.7)g 脂質：19.0(15.2)g 食塩：1.1(1.0)g	エネルギー：504(399)kcal たんぱく質：18.2(14.6)g 脂質：19.4(15.4)g 食塩：1.3(1.1)g	エネルギー：480(384)kcal たんぱく質：20.9(16.9)g 脂質：18.4(14.5)g 食塩：1.3(0.9)g	エネルギー：511(409)kcal たんぱく質：20.4(16.1)g 脂質：20.4(16.4)g 食塩：1.4(1.3)g	エネルギー：485(389)kcal たんぱく質：20.3(16.3)g 脂質：23.5(18.9)g 食塩：1.4(1.1)g	エネルギー：539(428)kcal たんぱく質：22.2(17.4)g 脂質：23.2(18.5)g 食塩：1.4(1.2)g	エネルギー：501(401)kcal たんぱく質：17.7(14.0)g 脂質：16.4(13.1)g 食塩：1.0(0.7)g

月	6/18(火)	6/19(水)	6/20(木) あ・み　お弁当	6/21(金)	6/24(月)	6/25(火) そう組　プラネタリウム見学	6/26(水) う・き　お弁当	6/27(木)	6/28(金) カレーパーティ
牛乳	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子	スキムミルク お菓子
献立名	5分つきごはん 鶏のこまみそ焼き 金平れんこん トマトときゅうりの和え物 すまし汁	じゃが芋と鶏肉のドリア なすとピーマンのカポナータ きゅうりとツナのマヨサラダ コンソメスープ	5分つきごはん ビーフンと鶏肉の春巻き 厚揚げの中華あんかけ なすの中華風おひたし 中華スープ	かたつむりののり巻きごはん 小松菜とチーズの厚焼き玉子 肉じゃが あじさいポテト すまし汁	5分つきごはん 豚肉のしょうが焼き さつま芋の甘煮 トマトともやしのごま酢和え みそ汁	5分つきごはん 酢鶏 なすとトマトの焼きびたし チョレギサラダ 中華スープ	5分つきごはん 豚肉のチーズ巻き ひじきと大豆の煮物 きゅうりの浅漬け みそ汁	かきまぜ トマト入り炒り卵 大根のあんかけ 小松菜のおかか和え さわさわ **【香川県　郷土料理】**	ポークカレー 大根ときゅうりのサラダ フルーツヨーグルト
材料名	米(半つき米) 鶏肉 にんにく 醤油 砂糖 白みそ 白ごま れんこん 人参 ピーマン ごま油 醤油 みりん・砂糖 トマト きゅうり ちくわ 本だし 醤油 砂糖 玉ねぎ 人参 しめじ 本だし 醤油 みりん 塩	白米 人参 じゃが芋 鶏肉 油・片栗粉 玉ねぎ チーズ しめじ エリンギ えのき パセリ 米粉 スキムミルク マーガリン コンソメ・昆布だし 塩・油 なす・ピーマン トマト 高野豆腐 コンソメ・油 にんにく・塩・白こしょう きゅうり 人参 ツナ スキムミルク・マヨネーズ 醤油 小松菜 わかめ 玉ねぎ コンソメ 醤油 塩	米(半つき米) 鶏肉 白菜 ピーマン ビーフン 椎茸 中華だし 醤油・ごま油 小麦粉・春巻きの皮 油 厚揚げ 人参 玉ねぎ あさつき 塩・白こしょう 中華だし・醤油・ごま油 なす きゅうり 白ごま・中華だし 醤油・砂糖・酢 ごま油 トマト コーン 春雨 中華だし 醤油 みりん ごま油 塩	白米 焼きのり 油 油揚げ 椎茸 板こんにゃく・人参 ワインナー 砂糖・みりん・醤油 卵 スキムミルク 鶏肉 しょうが・塩 小松菜・玉ねぎ・人参 チーズ 砂糖・醤油・みりん ケチャップ・油 じゃが芋 豚肉 人参・しらたき いんげん・油 醤油・みりん・砂糖・本だし じゃが芋 ミックスベジタブル きぬさや スキムミルク 卵 酢・塩・砂糖・油 トマト エリンギ 玉ねぎ 本だし・醤油・塩・みりん	米(半つき米) 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン しょうが 醤油 砂糖 みりん 油 さつま芋 砂糖 塩 トマト もやし きゅうり 白ごま 醤油・砂糖 酢・ごま油 人参 玉ねぎ 麩 本だし みそ	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 油 ケチャップ 酢 砂糖 醤油 中華だし 片栗粉 なす 玉ねぎ トマト ごま油 醤油・砂糖・酢 中華だし キャベツ・きゅうり 人参 ごま油・中華だし 塩・きざみのり・白ごま 木綿豆腐 青ねぎ 椎茸 中華だし 醤油 みりん ごま油 塩	米(半つき米) 豚肉 チーズ ごぼう・人参 ピーマン 大根 醤油・みりん 油 にんにく ひじき 大豆 人参 油揚げ 板こんにゃく ごま油 本だし 醤油・みりん 砂糖 きゅうり トマト 塩昆布 昆布だし 厚揚げ 玉ねぎ わかめ 本だし みそ	白米 鶏肉 人参 ごぼう 椎茸 油揚げ ちくわ 醤油 砂糖 本だし 油 卵 トマト・ピーマン 醤油・塩・本だし・油 大根 豚肉 いんげん ごま油・本だし・醤油 みりん・砂糖・片栗粉 小松菜・きゅうり コーン かつお節 本だし・醤油・砂糖 糸こんにゃく 人参 さつま芋 青ねぎ 本だし 醤油 みりん 塩	白米 豚肉 なす ピーマン 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールウ ケチャップ ソース 油 スキムミルク 大根 トマト きゅうり ツナ 醤油 酢 砂糖 油 スキムミルク ヨーグルト菌 砂糖 バナナ 黄桃缶 みかん缶
おやつ	きな粉麩ラスク ココアミルク	お好み焼き スキムミルク	スイートポテト のむヨーグルト	冷製トマトスパゲティ ほうじ茶ミルクティー	黒糖蒸しパン スキムミルク	小松菜おにぎり 麦茶	かぼちゃクッキー ほうじ茶	ピザトースト 抹茶ミルクティー	豆乳ココアプリン スキムミルク
	麩・砂糖 きな粉 油 塩	小麦粉 天かす 人参 キャベツ・ねぎ 本だし・油・ソース	さつま芋 マーガリン 砂糖 スキムミルク	スパゲティ トマト・ホールトマト缶 玉ねぎ・コーン ツナ・油 コンソメ・塩・砂糖	ホットケーキミックス 黒糖	白米 小松菜 昆布だし 白ごま・塩 ごま油	かぼちゃ 小麦粉 砂糖 油 塩	食パン ケチャップ チーズ 玉ねぎ・ツナ ピーマン	豆乳 ピュアココア ゼラチン 砂糖
栄養価	エネルギー：486(388)kcal たんぱく質：25.0(19.8)g 脂質：13.3(10.6)g 食塩：0.8(0.6)g	エネルギー：526(418)kcal たんぱく質：18.3(14.4)g 脂質：20.6(16.4)g 食塩：1.4(1.4)g	エネルギー：554(441)kcal たんぱく質：16.2(12.8)g 脂質：18.0(14.4)g 食塩：0.8(0.7)g	エネルギー：500(395)kcal たんぱく質：18.5(14.9)g 脂質：18.6(14.8)g 食塩：1.4(1.4)g	エネルギー：546(437)kcal たんぱく質：18.4(14.6)g 脂質：12.7(10.2)g 食塩：1.2(1.0)g	エネルギー：484(383)kcal たんぱく質：17.1(13.4)g 脂質：16.0(12.6)g 食塩：0.8(0.5)g	エネルギー：556(447)kcal たんぱく質：14.7(11.7)g 脂質：25.7(20.5)g 食塩：1.3(1.2)g	エネルギー：491(387)kcal たんぱく質：20.9(16.5)g 脂質：15.8(12.6)g 食塩：1.4(1.3)g	エネルギー：549(438)kcal たんぱく質：23.5(18.6)g 脂質：14.8(11.8)g 食塩：1.9(1.5)g

※仕入れ等の都合により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。
※今月の地元野菜は『きゅうり』『トマト』などになります。

※卵・豚を使用しているものは赤色で記載しています。
※栄養価の()は未満児の値となります。

今月の郷土料理は「香川県」です！

＊かきまぜ

醤油などの調味料で具材を味付けし、炊き立てのごはんに混ぜ込んだ料理です。醤油の生産が盛んな小豆島の郷土料理で、「おまぜ」とも呼ばれるそうです。

小豆島の醤油製造は、400年もの歴史を持つ伝統産業です。海に囲まれた温暖少雨な気候が、醤油の原料となる塩や大豆、小麦の生産に適していたことが背景にあります。

＊さわさわ

「さわさわ」は、こんにゃくを具材にした郷土料理です。汁気が多く「さらさらと流し込める」ことから、そう呼ばれるようになったと言われています。

香川県の山間部では、昔から家の周りにこんにゃく芋を植えており、アクを入れた樽に各家庭で50丁ほど保存して使っていたそうです。

給食では、汁物として提供します。