

保育所 こどもの家(一般)

2025年06月分の献立

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		野菜そぼろ丼(納豆)、みそ汁(もやし・わかめ)、さつま芋の甘煮、オレンジ	御飯、みそ汁(たまねぎ・あげ)、さわらとごぼうの煮つけ、ポテトサラダ、バナナ	御飯、すまし汁(だいこん・えのき)、厚揚げと豚肉のみそ煮、ほうれん草のごま和え、みかん缶	御飯、みそ汁(豆腐・なす)、あじとかぼちゃのマリネ、りんご	御飯、みそ汁(さつま芋・もやし)、豚肉と野菜のカレー炒め、キャベツのフルーツサラダ(もも)	ビーフン五目(えび)、おにぎり(さけ・ごま)、みかん缶
午後		つぶつぶ人参ゼリー(寒天)	野菜もち(かぼちゃ)	米粉の甘酒蒸しパン(豆乳)	フライドポテト	ヨーグルトあえ(果物)	さつまいものさくさく揚げ
	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		さけとひじきの混ぜごはん、豆乳コーン鍋(キャベツ)、きゅうりのごま和え、もも缶	御飯、みそ汁(切り干し・油揚げ)、鶏ささみのにんじんドレッシング、ベイクドじゃが、りんご	御飯、豚汁、フライドにんじん、きゅうりの酢の物(みかん)、揚げ豆腐の和風あんかけ	御飯、みそ汁(たまねぎ・わかめ)、いわしの利休焼き(ごま)、卵の花(人参・鶏ひき肉)、パイン缶	御飯、だいこんのスープ、ハンバーグ(トマトソース)、いんげんのソテー、りんご	マーボー豆腐丼、もも缶、たまごスープ(はるさめ)
午後		米粉肉まん	トースト(バターシュガー)	米粉蒸しパン・小豆	チヂミ(小松菜・豆腐・ごま)	ポテトチップ50g	ドーナツ・ごま
	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、みそ汁(なす・あげ)、かじきのさっぱり甘酢ソース、蒸し野菜(かぼちゃ・ブロッコリー)、パイン缶	三色そぼろ丼(凍り豆腐)、みそ汁(もやし・コーン)、甘煮豆(いんげん豆)、オレンジ	御飯、みそ汁(キャベツ・わかめ)、豆腐の五目焼き、おからの梅和え、もも缶	御飯、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)、白身魚の煮つけ、きんぴらごぼう(いんげん・ごま)、バナナ	御飯、ふりかけ・じゃこ(ねぎ)、豆乳汁(野菜)、ビーマンの細切り炒め、りんご	豚丼、オレンジ、豆腐みそ汁(わかめ)
午後		トマトゼリー	米粉ドーナツ(大豆粉・にんじん)	中華風りんごの包揚げ	大根餅(切干し・えび)	クッキー・ストーン	芋もち
	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		ビーンズライス(夏)、わかめスープ(もやし)、ベイクド里芋(青のり)、バナナ	御飯、みそ汁(たまねぎ・あげ)、白身魚のごま揚げ、さつま芋ときゅうりの酢の物、りんご	ハリハリゆかり御飯、豆腐スープ、いんげんのごまあえ(ツナ)、バナナ、鶏むねのレモン焼き	御飯、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)、さけの酒蒸し、ひじきの煮物(にんじん)、パイン缶	御飯、じゃがいものスープ煮(オクラ)、野菜たっぷり夏マーボー、みかんのサラダ	てりやき野菜丼、もも缶、ミネストローネ
午後		寒天フルーツポンチ(もも・キウイ)	かぼちゃかん	ヨーグルトケーキ・豆乳	オレンジムース	米粉蒸しパン・和風やさい	おはぎ(きな粉)
	29(日)	30(月)					
午前		牛乳					
昼食		トマトおこわ(鶏)、なすの大豆汁、じゃが芋炒め、フルーツカクテル(もも)					
午後		フルーツのクリーム和え(もも)					