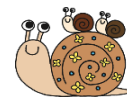




令和7年6月



給食献立表



日野こども園

日	曜日	献立名	おやつ	おもに体をつくる	おもにエネルギーの もとになる	おもに体の調子を 整える
2	月	*お楽しみメニュー* あさりの炊き込みご飯	♪㊦サクサクドーナツ	あさり 油揚げ ちくわ 厚揚げ ハム 卵 スキムミルク	米 里芋 マカロニ バター ノンエッグマヨネーズ ホットケーキミックス	人参 きぬさや いんげん 大根 筍水煮 きゅうり コーン フルーツゼリー
3	火	ご飯 味噌汁 豆乳入り炒り卵 果物	牛乳 お菓子	豚肉 豆腐 味噌 卵 豆乳 牛乳	米 じゃが芋 油	人参 青ねぎ 玉ねぎ いんげん ゴールドキウイ
4	水	ご飯 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル しゅうまい	㊦オレンジの飲むヨーグルト お菓子	合挽肉 豆腐 しゅうまい 牛乳 スキムミルク	米 油 ごま油 ごま	人参 青ねぎ 玉ねぎ しいたけ ほうれん草 もやし コーン オレンジジュース100%
5	木	ホットドック コンソメスープ ベイクドポテト 果物	㊦おにぎり	ウインナー 鶏肉 豆腐	ロールパン 油 じゃが芋 米	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ カリフラワー パイン缶
6	金	ポークビーンズカレーライス バリバリキャベツ チキンバー ゆで卵	㊦抹茶ミルク お菓子	豚肉 大豆水煮 昆布 鶏肉 卵 スキムミルク	米 押麦 じゃが芋 油 小麦粉	人参 いんげん ホールトマト缶 玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン グリーンティ
7	土	*家族ふれあいの日* お弁当	お菓子			
9	月	ご飯 豆乳スープ 枝豆サラダ 野菜卵焼き	ミルク ポリポリ小魚 お菓子	ベーコン 豆腐 豆乳 チーズ 卵 小魚 スキムミルク	米 ノンエッグマヨネーズ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ しめじ コーン 枝豆 きゅうり グリーンピース
10	火	ご飯 春雨の中華スープ カニカマ入り炒り卵 春巻き	㊦ブルーベリーヨーグルト お菓子	豚肉 豆腐 カニカマ 卵 春巻き 牛乳 スキムミルク	米 緑豆春雨 油	人参 小松菜 玉ねぎ もやし 筍水煮 枝豆 ブルーベリージャム
11	水	♪塩昆布焼きそば 豆腐のごまだレサラダ 果物	㊦おにぎり	豚肉 昆布 シーチキン 豆腐	中華麺 ごま油 米 ごまだレッシング	人参 玉ねぎ 切り干し大根 サニーレタス きゅうり アメリカンチェリー
12	木	ご飯 おから煮 きゅうりと沢庵の和え物 いかの天ぷら	♪㊦きな粉豆乳 フレンチトースト	ちくわ 鶏肉 おから いか きな粉 豆乳	米 こんにゃく 油 ごま 食パン ケーキマーガリン	人参 ごぼう しいたけ 枝豆 きゅうり もやし コーン 沢庵
13	金	洋風井 えびマヨサラダ 果物	牛乳 お菓子	合挽肉 パルメザンチーズ えび 牛乳	米 じゃが芋 パン粉 油 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ ホールトマト缶 キャベツ しめじ きゅうり 黄桃缶
14	土	*家族ふれあいの日* コッペパン 野菜スープ ハンバーグ ヨーグルト	お菓子	鶏肉 合挽肉 ヨーグルト	コッペパン じゃが芋 油	人参 グリンピース 玉ねぎ しめじ
16	月	ご飯 鰯の塩焼き ♪海藻のさっぱりサラダ 味付肉団子	ミルク カンパン お菓子	鰯 花かつお 海藻ミックス 味付肉団子 スキムミルク	米 オリーブオイル	人参 きゅうり もやし コーン 玉ねぎ レモン果汁
17	火	ご飯 クリームシチュー 野菜入り炒り卵 果物	牛乳 お菓子	鶏肉 牛乳 卵	米 じゃが芋 油 シチュールー	人参 ブロッコリー 玉ねぎ コーン ほうれん草 パナナ
18	水	ミックスお好み焼き 枝豆 チーズ 果物	㊦おにぎり	いか えび 粉かつお 豚肉 卵 チーズ 青のり	小麦粉 こんにゃく 天かす 米	人参 青ねぎ キャベツ コーン 枝豆 りんご
19	木	ご飯 かき玉汁 寒天入りサラダ ちくわの照り焼き	㊦バナナヨーグルト お菓子	鶏肉 卵 豆腐 寒天 ちくわ 牛乳 スキムミルク	米 じゃが芋 片栗粉 油 ごま	人参 青ねぎ 玉ねぎ きゅうり ほうれん草 コーン パナナ
20	金	ご飯 ♪五目うま煮 小松菜の中華和え ハタハタの唐揚げ	㊦クリンクルフレンチポテト	豚肉 厚揚げ ハタハタ	米 油 ごま油 ごま じゃが芋 片栗粉	人参 玉ねぎ キャベツ 筍水煮 しいたけ 小松菜 もやし コーン
21	土	*家族ふれあいの日* コッペパン ミルクスープ お魚ナゲット プリン	お菓子	鶏肉 牛乳 お魚ナゲット プリン	コッペパン じゃが芋 油	人参 ほうれん草 玉ねぎ
23	月	*なかよしメニュー* ご飯 キャベツのトマト煮 ブロッコリーのオーロラサラダ ウインナー	㊦いちご蒸しパン	シーチキン 大豆水煮 チーズ ウインナー 卵 牛乳	米 油 ホットケーキミックス ノンエッグマヨネーズ	人参 いんげん ホールトマト缶 玉ねぎ キャベツ しめじ きゅうり ブロッコリー いちごジャム
24	火	ツナと梅干しの炊き込みご飯 厚揚げのあんかけ ほうれん草の和え物 果物	牛乳 お菓子	シーチキン 花かつお 豚肉 厚揚げ 牛乳	米 じゃが芋 片栗粉 油 ごま	梅干し 人参 ブロッコリー 玉ねぎ ほうれん草 もやし コーン オレンジ
25	水	ご飯 わかめスープ 大豆入り中華サラダ ニラ玉	ミルク お菓子	鶏肉 豆腐 わかめ 蒸し大豆 卵 スキムミルク	米 じゃが芋 油 ごま ごま油	人参 玉ねぎ しいたけ 筍水煮 小松菜 きゅうり ニラ
26	木	ゆかりご飯 鮭フライ ひじき卵焼き ♪豚バラとじゃが芋の青のり金平	㊦パインヨーグルト お菓子	鮭 豚肉 青のり 卵 ひじき 牛乳 スキムミルク	米 油 ノンエッグマヨネーズ じゃが芋 片栗粉	人参 パイン缶
27	金	かきうどん 白和え 野菜かき揚げ 果物	㊦おにぎり	鶏肉 卵 油揚げ 豆腐	うどん 片栗粉 油 米 ごま 小麦粉	人参 青ねぎ 玉ねぎ コーン ほうれん草 すもも
28	土	*家族ふれあいの日* コッペパン トマトスープ えびフライ ゼリー	お菓子	鶏肉 えび	コッペパン 油 小麦粉 パン粉	人参 ホールトマト缶 玉ねぎ しめじ コーン ブロッコリー フルーツゼリー
30	月	ご飯 鯖の照り焼き こんにゃくサラダ 高野煮	牛乳 お菓子	鯖 高野豆腐 牛乳	米 油 こんにゃく 青じそドレッシング	人参 きゅうり コーン



栄養士だより



食品の事故に注意

* 4日～10日は「歯と口の健康週間」です。
バリバリキャベツ・ポリポリ小魚などカミカミメニューも取り入れて
います。よく噛んで食べる習慣をつけ虫歯ゼロを目指しましょう。



* 26日(木)5歳児は給食をお弁当箱に詰める日です。
お弁当箱・ナフキンの用意をお願いいたします。



* 全園児、完全給食です。
* 0～2歳児は、空のお弁当箱・スプーン・フォークはいりません。
* 3～5歳児は、空のお弁当箱を持たせてください。
* 全園児一年を通して水筒を持たせてください。

* 初めて食べる食材や気になる食材は、ご家庭で何度か食べて
いただきますようお願いいたします。今月の新食材は赤字にしています。
* ♪は新メニューです。おやつ㊦は手作りおやつです。



食中毒のリスク

細菌による食中毒に注意が必要です。

- 「つけない」細菌を食べ物に
 - 「増やさない」食べ物に付着した細菌を
 - 「やっつける」食べ物や調理器具に付着した細菌を
- の3つを意識しましょう。

