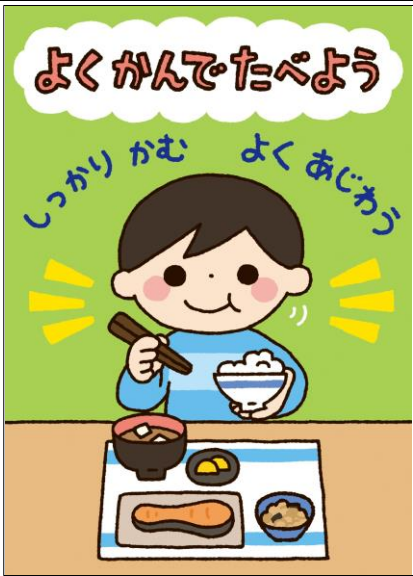


令和6年		令和6年度6月保育園給食献立表				
日 曜	献立名	材 料 名			おやつ（午前は3歳未満児のみ）	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 ／ 土	（3歳未満）コモデニッシュ（ミルク）	デニッシュパン（ミルク）			午前	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）牛乳		牛乳			（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）おさかなのウインナー		おさかなのウインナー			
	午後おやつ	（3歳未満）お菓子				
3 ／ 月	豚丼	精白米 糸こんにゃく 三温糖 キャノーラ油	豚もも肉	たまねぎ にんじん ねぎ	午前	お茶 1才からのかつぱえびせん
	コーンサラダ	白すりごま 三温糖 キャノーラ油		きゅうり にんじん スイートコーン 緑豆もやし	午後	牛乳 チョイス （3歳以上）ばかうけ青のり
	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー				
	午後おやつ	チョイス（3歳以上）ばかうけ青のり	牛乳			
4 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳 アンパンマンのベビーせんべい
	野菜スープ	じゃがいも キャノーラ油		にんじん たまねぎ スイートコーン	午後	牛乳 カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン
	ししゃもフライ	キャノーラ油	ししゃもフライ			
	ゆでキャベツ			キャベツ		
5 ／ 水	ごはん	精白米			午前	牛乳 バナナ
	けんちん汁	さといも 糸こんにゃく キャノーラ油 ごま油	油揚げ だしパック	だいこん にんじん ごぼう ねぎ	午後	牛乳 10Pアンパンマンひとくちビスケット
	鶏肉と野菜の照り煮	三温糖	鶏もも肉	すりおろししょうが たまねぎ にんじん		
	午後おやつ	10Pアンパンマンひとくちビスケット	牛乳			
6 ／ 木	ごはん	精白米			午前	牛乳 星食べよ
	ジャージャー麺	干しうどん キャノーラ油 三温糖 片栗粉	豚ももひき肉 赤みそ	すりおろししょうが ねぎ なす	午後	牛乳 （3歳未満）厚切りバウムクーヘン （3歳以上）かたつむりケーキ
	もやしとわかめのサラダ	白すりごま 三温糖 キャノーラ油	カットわかめ	にんじん きゅうり 緑豆もやし		
	午後おやつ	厚切りバウムクーヘン （3歳以上）ハイハイン ブリッツ（ロースト塩バター）	牛乳			
7 ／ 金	ごはん	精白米			午前	牛乳 アンパンマンのソフトせんべい
	みそ汁	じゃがいも	冷凍角切り豆腐 カットわかめ だしパック 白みそ	えのきたけ	午後	牛乳 アンパンマン幼児用ビスケット （3歳以上）とんがりコーン（あっさり塩味）
	豚肉のしょうが焼き	三温糖 キャノーラ油	豚もも肉	すりおろししょうが たまねぎ にんじん ピーマン		
	午後おやつ	デンバンマン幼児用ビスケット （3歳以上）とんがりコーン（あっさり塩味）	牛乳			
8 ／ 土	（3歳未満）コモデニッシュ（バター）	デニッシュパン（バター）			午前	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）牛乳		牛乳		午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）国産やさいゼリー	国産やさいゼリー				
	午後おやつ	（3歳未満）お菓子				
10 ／ 月	時計ごはん	精白米 三温糖	豚ももひき肉 白みそ ちらしかまぼこ（星）	すりおろししょうが きやいんげん	午前	お茶 ビスコ（みるく&きな粉）
	すまし汁		カットわかめ 冷凍角切り豆腐 だしパック	にんじん ねぎ スイートコーン	午後	牛乳 ソフトサラダ （3歳以上）りんごジャムサンド
	国産ももゼリー	国産ももゼリー				
	午後おやつ	ソフトサラダ（3歳以上）りんごジャムサンド	牛乳			
11 ／ 火	ごはん	精白米			午前	牛乳 ハイハイン
	なすとひき肉の炒め物	キャノーラ油 三温糖 片栗粉	豚ももひき肉 赤みそ	なす たまねぎ にんじん 干しいたけ	午後	お茶 （手）フルーツババロア
	もやしとしらすの甘酢あえ	三温糖	しらす干し	緑豆もやし にんじん きゅうり		
	午後おやつ	ソフトゼリーの素	牛乳	フルーツミックス		
12 ／ 水	ごはん	精白米			午前	牛乳 オレンジ
	中華スープ	ごま油	冷凍角切り豆腐	緑豆もやし にんじん スイートコーン	午後	牛乳 （3歳未満）ハーベスト（バタートースト） （3歳以上）かえるまんじゅう
	中華あんかけハンバーグ	キャノーラ油 三温糖 片栗粉	ポーク&チキンハンバーグ	たまねぎ にんじん ピーマン たけのこ水煮 干しいたけ		
	午後おやつ	（3歳未満）ハーベスト（バタートースト） （3歳以上）かえるまんじゅう	牛乳			
13 ／ 木	クロールパン	クロールパン			午前	牛乳 ソフトな小魚せん
	野菜スープ	じゃがいも キャノーラ油	ショルダーベーコン	スイートコーン キャベツ	午後	牛乳 4Pアンパンマンのソフトせん
	豚肉のマリアナソース	キャノーラ油 片栗粉	豚もも肉	すりおろしにんにく たまねぎ にんじん ピーマン		
	午後おやつ	4Pアンパンマンのソフトせん	牛乳			
14 ／ 金	ごはん	精白米			午前	牛乳 お子様せんべい
	みそ汁	じゃがいも	油揚げ だしパック 赤みそ	なす たまねぎ	午後	牛乳 ムーンライト （3歳以上）きなこ棒
	いわしの梅煮		いわし梅煮			
	ほうれんそうともやしのごまあえ	白すりごま 三温糖		ほうれんそう 緑豆もやし		
15 ／ 土	（3歳未満）コモデニッシュ（カスタード）	デニッシュパン（カスタード）			午前	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）牛乳		牛乳		午後	（3歳未満）お茶 （3歳未満）お菓子
	（3歳未満）国産みかんゼリー	国産みかんゼリー				
	午後おやつ	（3歳未満）お菓子				

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入れることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
（手）手づくりおやつです。

※各園で配布・配信している献立表には小麦・乳製品・卵の
アレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。



6月4日はむし歯予防デー、6月4日～10日の一週間は歯と口腔への意識を高める「歯と口の健康週間」です。
むし歯は、むし歯菌が糖分をもとに酸をつくり、歯を溶かすことでおこります。子どもの歯はやわらかく、むし歯になりやすいため、毎日の歯みがきでむし歯を予防することが大切です。
また、丈夫な歯をつくるためには、歯の主成分であるカルシウムはもちろん、ビタミンA、C、D、リン、たんぱく質などの栄養素が必要となります。よく噛むことも、だ液の分泌を促してむし歯の予防・消化を助けたり、脳の働きを活性化させて集中力や記憶力をアップさせたりする効果があります。
健康な歯をつくるためにも、バランスの良い食事をよく噛んで食べることを心がけましょう。



キミと一緒に、育っていきたい。
Komaki

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ（午前は3歳未満児のみ）
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17 ／ 月	ごはん	精白米			午 前 お茶
	すまし汁		冷凍角切り豆腐　だしパック	にんじん　こまつな　えのきたけ	えびちび
	豚肉と野菜のみそ炒め	キャノーラ油　三温糖	豚もも肉　赤みそ	キャベツ　にんじん　たまねぎ　ピーマン	牛乳
	午後おやつ	ミニアスバラガスボーロ	牛乳		ミニアスバラガスボーロ
18 ／ 火	ごはん	精白米			午 前 牛乳
	いり豆腐	キャノーラ油　三温糖	冷凍角切り豆腐　ちくわ　鶏ももひき肉	たまねぎ　にんじん　干しいたけ	4 P アンパンマンのおこめボール
	小松菜のナムル	ごま油　三温糖　白すりごま		こまつな　にんじん　緑豆もやし	お茶
	午後おやつ	フルーツツーンズ（いちご） （3歳以上）コーンフレーク	ヨーグルト		（3歳未満）（手）ヨーグルトのいちごソースかけ （3歳以上）（手）ヨーグルトのいちごソースかけ（コーンフレーク入り）
19 ／ 水	ごはん	精白米			午 前 牛乳
	みそラーメン	中華めん　キャノーラ油　ごま油	豚もも肉　赤みそ	にんじん　ねぎ　緑豆もやし　キャベツ　スイートコーン	かぼちゃボーロ
	蒸しえびしゅうまい		えびしゅうまい		牛乳
	午後おやつ	ビスコ（ミルク・いちご） （3歳以上）アンパンマンのしょうゆせんべい	牛乳		ビスコ（ミルク・いちご） （3歳以上）アンパンマンのしょうゆせんべい
20 ／ 木	カレーライス	精白米　じゃがいも　キャノーラ油　大地の野菜カレールウ甘口	豚もも肉	たまねぎ　にんじん	午 前 牛乳
	大根のマヨドレサラダ	エッグケアマヨネーズ	かつお削り節	だいこん　きゅうり　にんじん	きなこ餅
	ココアアブラス		ココアアブラス		牛乳
	午後おやつ	たべっ子BABY　（3歳以上）カリボテスナック	牛乳		たべっ子BABY （3歳以上）カリボテスナック
21 ／ 金	ごはん	精白米			午 前 牛乳
	すまし汁		冷凍角切り豆腐　だしパック	にんじん　こまつな　えのきたけ	（手）粉ふきいも（青のり）
	ブリの甘辛揚げ煮		ブリ甘辛揚げ煮		牛乳
	塩もみ野菜	ぼたぼた焼き （3歳以上）元気鉄カルウエハースミルククリーム味	牛乳	きゅうり　キャベツ　にんじん	ぼたぼた焼き （3歳以上）元気鉄カルウエハースミルククリーム味
22 ／ 土	（3歳未満）コモデニッシュ（ミルク）	デニッシュパン（ミルク）			午 前 牛乳
	（3歳未満）牛乳		牛乳		（3歳未満）お茶
	（3歳未満）国産りんごゼリー	国産りんごゼリー			（3歳未満）お菓子
	午後おやつ	（3歳未満）お菓子			（3歳未満）お茶
24 ／ 月	ごはん	精白米			午 前 お茶
	肉じゃが	じゃがいも　糸こんにゃく　キャノーラ油　三温糖	豚もも肉	たまねぎ　にんじん	野菜ハイハイン
	土佐漬け	白いりごま	かつお削り節	キャベツ　にんじん　きゅうり　レモン果汁	牛乳
	午後おやつ	カルテツほうれん草ドーナツ （3歳以上）味しらべ	牛乳		カルテツほうれん草ドーナツ （3歳以上）味しらべ
25 ／ 火	マーボー飯	精白米　キャノーラ油　三温糖　片栗粉	冷凍角切り豆腐　豚ももひき肉　赤みそ	にんじん　たまねぎ　ねぎ　にら　すりおろしにんにく	午 前 牛乳
	わかめスープ	ごま油	カットわかめ	にんじん　スイートコーン　たまねぎ	マンナボーロ
	スティックチーズ		スティックチーズ		牛乳
	午後おやつ	ぶどうゼリー　（3歳以上）星食べよ	牛乳		ぶどうゼリー （3歳以上）星食べよ
26 ／ 水	ごはん	精白米			午 前 牛乳
	みそ汁		冷凍角切り豆腐　だしパック　白みそ　赤みそ	かぼちゃ　なす　たまねぎ	ココナッツサブレ
	から揚げ	片栗粉　キャノーラ油	鶏もも肉	すりおろししょうが	牛乳
	トマト			トマト	きらきら星のおせんべい
27 ／ 木	午後おやつ	きらきら星のおせんべい	牛乳		
	ミルクロールパン	ミルクロールパン			午 前 牛乳
	スパゲティミートソース	スパゲティ　キャノーラ油	豚ももひき肉	にんじん　たまねぎ　ぶなしめじ	オレンジ
	ツナ入り野菜サラダ	エッグケアマヨネーズ　三温糖	ツナフレーク（まぐろ）	きゅうり　キャベツ　にんじん	牛乳
28 ／ 金	午後おやつ	きらきらコーンのおほしさま　（3歳以上）クッピーラムネ	牛乳		きらきらコーンのおほしさま （3歳以上）クッピーラムネ
	ごはん	精白米			午 前 牛乳
	すまし汁		冷凍角切り豆腐　カットわかめ　だしパック	えのきたけ　にんじん	1才からのサッポロポテト
	いわしのみぞれ煮		いわしみぞれ煮		牛乳
29 ／ 土	キャベツときゅうりのゆかりあえ			キャベツ　きゅうり　ゆかり	おととつと
	午後おやつ	おととつと	牛乳		
	（3歳未満）コモデニッシュ（バター）	デニッシュパン（バター）			午 前 牛乳
	（3歳未満）牛乳		牛乳		（3歳未満）お茶
29 ／ 土	（3歳未満）国産ももゼリー	国産ももゼリー			（3歳未満）お菓子
					（3歳未満）お茶
					（3歳未満）お菓子
	午後おやつ	（3歳未満）お菓子			

※都合により、材料、献立の変更をすることがあります。
食育のために、園で栽培した野菜を献立に入れることがあります。
白飯のおいしさを大切にしていますが、ふりかけを使用することがあります。
土曜日は調理を伴わない給食の提供となります。
（手）手づくりおやつです。

※各園で配布・配信している献立表には小麦・乳製品・卵の
アレルギー表示があります。
詳細は幼児教育・保育課へお問い合わせください。

6月の旬の食材

さやいんげん、きゅうり、トマト、ピーマン、夏みかん、かつお、あじ　など

毎月19日は食育の日！
家族そろって楽しく食事をしましょう



～さやいんげん～

いんげんまめの若いさやごと未熟なうちに食べるのがさやいんげんです。
旬は6～9月で、免疫力を高め、風邪の予防などにも効果があるといわれるβ-カロテンを多く含みます。
茹でる前に塩をまぶして板ずりすると、表面のうぶ毛が取れるだけでなく、茹であがったときに色鮮やかに仕上がります。

給食では、6月10日（月）時の記念日の行事食「時計ごはん」で提供します。
＊時の記念日…日本で初めて時計による時の知らせが行われたことを記念して制定された日。





キミと一緒に、育っていきたい。

Komaki