



6月給食献立予定表

令和7年度プメハナ リコこども園
プメハナ リコエルアこども園

日	曜日	メニュー	おやつ	丈夫な体をつくる	強い力が出る	体の調子を整える	kcal	ワンポイント
2	月	食パン チーズ入りオムレツ ウインナー、キャベツスープ	豆腐ドーナツ (お子様せんべい)	牛乳、鶏卵、豆腐 ハム、チーズ、バター ウインナー	食パン、ホットケーキ粉 油、グラニュー糖 とうもろこし	キャベツ、玉ねぎ、人参、しめじ グリーンピース	443	
							554	
3	火	さばのアップルオニオンソース 切干大根のパンパンジー ぶりきゅあおーるすたーずすーぶ	あじさいゼリー (ポーロ)	さば、豆腐、鶏肉 ヨーグルト、みそ、牛乳	米、マヨネーズ、油、片栗粉 上白糖、ごま、すりごま	人参、りんご、パイン缶、きゅうり 切干大根、玉ねぎ、生姜、わかめ	351	年長あまねちゃんが 考えたみそ汁です！
							439	
4	水	タンドリーチキン ひじきとツナのサラダ えのきとまよしのスープ	もっちり緑茶パン (赤ちゃんビスケット)	牛乳、鶏肉、ツナ、チーズ ヨーグルト、ベーコン	米、白玉粉、ホットケーキ粉 マヨネーズ、ごま、上白糖 ごま油	玉ねぎ、もやし、えのきたけ、人参 葉ねぎ、ひじき、にんにく	466	
							583	
5	木	ミートソーススパゲティ キャベツサラダ レタススープ	ココア蒸しケーキ (蒸しパン)	牛乳、豚肉、鶏卵、ベーコン 練乳、チーズ	小麦粉、グラニュー糖 上白糖、油、スパゲティ	玉ねぎ、キャベツ、人参 レタス、みかん缶、きゅうり グリーンピース、ホールトマト缶	369	年長ななちゃんのリクエストメニューです●
							462	
6	金	しいらのマヨネーズ焼き きゅうりの梅おかか和え けんちん汁	バナナ (バナナ)	牛乳、しいら、豆腐、豚肉 ちくわ、しらす干し かつお節	米、マヨネーズ とうもろこし	バナナ、きゅうり、人参、玉ねぎ 切干大根、ごぼう、葉ねぎ、梅干し	399	はじめの時期に さっぱりと食べられる 梅おかか和えです●
							499	
9	月	食パン ツナとマカロニのグラタン オニオンスープ、ゼリー	お好み焼き (おやき)	牛乳、ツナ、鶏卵、バター ハム、チーズ	食パン、お好み焼き粉、長芋 マカロニ、小麦粉、マヨネーズ 油、パン粉、ごま、とうもろこし	玉ねぎ、キャベツ、人参、葉ねぎ 青のり	584	
							731	
10	火	あじのゴマ油焼き ちりめん干し切干野菜のサワー うみすーぶ	もちもちチーズパン (赤ちゃんビスケット)	牛乳、あじ、豚肉、チーズ みそ、しらす干し	米、じゃがいも、白玉粉 片栗粉、上白糖、ごま油 油	人参、きゅうり、切干大根、ゆかり	490	年長おのだあらたくんが 考えたみそ汁です！
							613	
11	水	マーボナス ブロッコリーのおかか和え かきたま汁	レモンケーキ (ポーロ)	牛乳、鶏卵、豚肉、バター 豆乳、みそ、かつお節	米、ホットケーキ粉、上白糖 片栗粉、粉糖、はちみつ 油	なす、ブロッコリー、白ねぎ、人参 えのきたけ、レモン果汁、にんにく 生姜	476	
							595	
12	木	さばの味噌煮 栄養きんぴら 豆腐のすまし汁	手作りポテトチップス (ふかしいも)	牛乳、さば、豆腐、豚肉 黒はんぺん、みそ	米、上白糖、ごま、油	人参、ごぼう、ピーマン、葉ねぎ 干し椎茸、生姜	436	栄養金平は黒はんぺん ピーマンなど様々な 食材が入ります
							546	
13	金	ハニースパイシーチキン おからdeポテト風サラダ コンソメスープ	冷や麦 (にゅうめん)	鶏肉、おから、ハム、なると 牛乳	米、そうめん、マヨネーズ はちみつ、じゃがいも	玉ねぎ、人参、きゅうり、えのきたけ 葉ねぎ、にんにく	365	年長ながはしあらたくん りこちゃんのリクエスト おやつです●
							457	
16	月	ロールパン カツオカツ、めんめんキャベツ 鶏肉と大根のスープ	カリカリコンソメ (赤ちゃんビスケット)	牛乳、カツオカツ、ツナ 鶏肉	ロールパン、マカロニ マヨネーズ、ごま油	キャベツ、大根、わかめ、レモン果汁 焼きのり	368	めんめんキャベツは 子ども達からもレシビを 聞かれる大人気メニュー
							460	
17	火	厚揚げとひき肉の中華炒め 春雨スープ ヨーグルト	Caせんべい (お子様せんべい)	牛乳、ヨーグルト、厚揚げ 豚肉、鶏卵	米、春雨、片栗粉、上白糖 油	玉ねぎ、ほうれん草、人参、ピーマン 白ねぎ、生姜	471	
							589	
18	水	きつねうどん ちくわの磯部揚げ ゼリー	チーズのグリッシーニ (ポーロ)	牛乳、ちくわ、鶏肉、油揚げ チーズ	強力粉、小麦粉、てんぷら粉 上白糖、オリーブオイル はちみつ、うどん	人参、玉ねぎ、葉ねぎ、青のり	396	
							495	
19	木	しいらのカレーニエル 野菜サラダ ぜんぶぼけもんすーぶ	じゃがいももち (ふかしいも)	牛乳、しいら、豆腐、豚肉 みそ、バター	じゃがいも、米、片栗粉 小麦粉、上白糖、油 とうもろこし	きゅうり、キャベツ、人参	450	年長なるちゃんが 考えたみそ汁です！
							563	
20	金	愛情弁当						
23	月	ガーリックトースト やきそば、たたききゅうり わかめスープ	ちんすこう (赤ちゃんビスケット)	牛乳、豚肉、バター	食パン、小麦粉、三温糖 オリーブオイル、上白糖 ごま油、油、やきそば麺	きゅうり、玉ねぎ、キャベツ、人参 もやし、ピーマン、白ねぎ、わかめ 青のり	420	
							526	
24	火	ハンバーグ 粉ふき芋 モロヘイヤスープ	桃のクラフティ (お子様せんべい)	牛乳、豚肉、鶏肉、鶏卵 生クリーム、ヨーグルト 鶏卵	米、じゃがいも パン粉、上白糖、油 ホットケーキ粉	玉ねぎ、黄桃缶、モロヘイヤ 椎茸、青のり	501	モロヘイヤのおいしい 季節となりました♪
							627	
25	水	鶏肉のさっぱり焼き ほうれん草としめじの和え物 にんぎょすーぶ	ばりんこ (ポーロ)	牛乳、鶏肉、油揚げ かつお節、みそ	じゃがいも、米、油、上白糖	ほうれん草、人参、しめじ、にんにく 生姜、わかめ	441	年長あいらちゃんが 考えたみそ汁です！
							552	
26	木	食パン、白身魚フライ ジャーマンポテト あじさいスープ	どらやき (赤ちゃんビスケット)	牛乳、ハム、ベーコン 白身魚フライ	食パン、じゃがいも、油 春雨	玉ねぎ、紫キャベツ、人参、青のり	394	あじさいスープは どんな色のスープかな
							493	
27	金	お楽しみ給食	お楽しみおやつ	豚肉、ハム、牛乳	じゃがいも、米、油、上白糖	玉ねぎ、きゅうり、人参、らっきょう りんご、グリーンピース、レモン果汁 みかん缶、バナナ	404	「かえるとかレーライス」 「ぐるぐるじゅーす」 が6月のテーマ絵本です
							505	
30	月	焼肉 中華サラダ かーびーはんたーすーぶ	未満児：ゼリー 以上児：アイスクリーム (お子様せんべい)	アイスクリーム、豚肉 豆腐、みそ、ハム、牛乳	米、上白糖、ごま油、油	人参、もやし、玉ねぎ、きゅうり 生姜、わかめ	400	年長えいとくんが 考えたみそ汁です！
							501	

※エネルギー(kcal)は、上段が未満児、下段が以上児です ※おやつ欄、カッコ内は離乳食用おやつです

