



令和6年度6月 給食献立表



大島なかよし保育園

★…郷土料理（6月は徳島県）

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	材料名			栄養価		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
1	土	牛乳 ビスケット	焼うどん 白菜ツナサラダ 中華風コーンスープ りんご	牛乳 せんべい ぶどうゼリー	うどん 油 砂糖 ごま油 せんべい	豚もも肉 ツナ缶詰 牛乳	キャベツ にんじん ピーマン 白菜 きゅうり 玉葱 とうもろこし りんご	512kcal	13.1g	2.3g
3		17	牛乳 星のコーンスナック	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきのサラダ みそ汁（小松菜） オレンジ	牛乳 豆腐とココアのブラウニー風	米 砂糖 白すりごま マヨドレ 米粉 片栗粉	鶏もも肉 ひじき 味噌 牛乳 木綿豆腐	にんじん 枝豆 れんこん えのきたけ 小松菜 オレンジ	563kcal	19.6g
4	18	牛乳 コーンクッキー	ロールパン チーズオムレツ フレンチサラダ チンゲン菜スープ りんご	牛乳 ★いりこめし	ロールパン 油 じゃがいも 砂糖 米 突きこんにゃく	ハム たまご 牛乳 チーズ ちくわ 油揚げ	玉葱 キャベツ きゅうり にんじん 干し椎茸 チンゲン菜 りんご ごぼう	511kcal	17.8g	2.3g
5	19	牛乳 のりものビスケット	麦ごはん 油淋鶏 白菜のおかか和え みそ汁（大根） メロン	牛乳 ヨーグルトポムポム	米 押麦 砂糖 ごま油 片栗粉 油 バター	鶏もも肉 糸削り 味噌 牛乳 ヨーグルト	ねぎ にんにく 生姜 小松菜 にんじん 白菜 大根 葉ねぎ メロン りんご	522kcal	20.8g	1.8g
6	20	牛乳 クラッカー	ごはん 鮭の西京焼き ほうれん草の煮浸し すまし汁 パナナ	牛乳 セサミトースト	米 砂糖 食パン バター 白すりごま	鮭 味噌 油揚げ 高野豆腐 牛乳	生姜 ほうれん草 にんじん 糸みつば パナナ	518kcal	22.7g	1.3g
7	21	牛乳 のりものビスケット	こまつナクリームパスタ きのことブロッコリーサラダ コンソメスープ りんご	牛乳 夕焼けおにぎり	スパゲッティ 油 小麦粉 バター 砂糖 ごま油 米	ツナ 牛乳 粉チーズ ベーコン	小松菜 玉葱 ブロッコリー ぶなしめじ 葱 にんじん りんご	502kcal	18.3g	2.3g
8	22	牛乳 せんべい	ねぎ塩豚丼 キャベツのゆかり和え みそ汁（じゃがいも） オレンジ	牛乳 ビスコ ぶどうゼリー	米 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも	豚もも肉 味噌 牛乳	にんにく 生姜 葱 玉葱 キャベツ にんじん オレンジ	489kcal	13.8g	1.3g
10	24	牛乳 星のコーンスナック	麦ごはん チンジャオロース 中華きゅうり たまごスープ パナナ	牛乳 あずき蒸しパン	米 押麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油 小麦粉	豚もも たまご 牛乳 あずき缶	生姜 たけのこ パプリカ（赤） ピーマン きゅうり とうもろこし パナナ	532kcal	17.3g	1.5g
11	25	牛乳 コーンクッキー	ミルクパン キャベツのメンチカツ 春雨サラダ きのことスープ オレンジ	牛乳 甘味噌おにぎり	ミルクパン パン粉 小麦粉 油 はるさめ 砂糖 ごま油 ごま 米	豚ひき肉 牛乳 ハム 味噌	キャベツ 玉葱 きゅうり にんじん ぶなしめじ えのきたけ 葉ねぎ オレンジ にんにく	524kcal	17.4g	2.3g
12	26	牛乳 のりものビスケット	ごはん いわしの梅蒲焼き ポテトサラダ みそ汁（なす） メロン	牛乳 パリパリピザ	米 片栗粉 油 砂糖 じゃがいも マヨドレ ぎょうざの皮	まいわし 油揚げ 味噌 牛乳 ウインナー チーズ	梅干し にんじん きゅうり なす 玉葱 メロン とうもろこし	558kcal	23.7g	2.3g
13	27	牛乳 クラッカー	ジャージャー麺 厚揚げと野菜の中華炒め 中華スープ りんご	牛乳 たぬきおにぎり	中華麺 ごま油 砂糖 片栗粉 揚げ玉 米	豚ひき肉 味噌 生揚げ 牛乳 青のり	にんにく 葱 干し椎茸 きゅうり 玉葱 にんじん チンゲン菜 もやし きくらげ りんご	512kcal	20.7g	1.9g
14	28	牛乳 のりものビスケット	ごはん 大根と豚肉の甘辛煮 納豆和え みそ汁（豆腐） オレンジ	牛乳 きな粉揚げパン	米 ごま油 砂糖 コッパン 油	豚もも肉 納豆 豆腐 わかめ 味噌 牛乳 きな粉	大根 生姜 葉ねぎ ほうれん草 にんじん えのきたけ ねぎ オレンジ	540kcal	19.5g	1.8g
15	29	牛乳 ビスケット	鶏ごぼう丼 きゅうりの塩昆布和え みそ汁（わかめ） パナナ	牛乳 プリン せんべい	米 油 砂糖 片栗粉 さつまいも プリン せんべい	鶏もも肉 塩昆布 味噌 牛乳	にんじん ごぼう きゅうり 玉葱 パナナ	561kcal	22.9g	1.8g

※今月の果物は、バナナ・りんご・オレンジ・メロンを予定しています。（入荷状況により日々の使用を決定しています。）

※献立（食材）は保育園の行事・その他の都合により変更になることがありますのでご了承下さい。献立が変更になった場合はお知らせします。