

6月の献立表

令和7年

かもめ幼稚園

日にち	曜日		使用する主な食材	午前おやつ	午後おやつ
1	月	ウィンナーピラフ ひき肉とブロッコリー炒め 中華スープ	米 ウィンナー 玉ねぎ 人参 コーン 豚ひき肉 ブロッコリー 人参 わかめ えのき	お茶 ビスコ	牛乳 お野菜パンケーキ
2	火	とけいご飯 あじさいポテサラ 野菜スープ お誕生会ケーキ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ いんげん 薄焼き卵 グリンピース じゃがいも 人参 きゅうり 白菜 コーン ケーキ	お茶 ほしたべよ	牛乳 ケロケロ蒸しパン
3	水	ご飯 八宝菜 チンゲンサイのナムル 春雨スープ	米 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ もやし 人参 春雨 しめじ ねぎ	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 きなこドーナツ
4	木	野菜タンメン ちくわの磯部揚げ 白菜のおかか和え 	中華麺 豚肉 かまぼこ 人参 玉ねぎ ちくわ 白菜 もやし 人参	お茶 マンナビスケット	牛乳 ひじきおにぎり
5	金	おさつカレー(麦ごはん) コールスローサラダ ビルクル	米 押し麦 鶏肉 さつまいも 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 ツナ ビルクル	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 ゼリーとせんべい
6	土	ご飯 厚揚げの五目炒め わかめのサラダ すまし汁	米 厚揚げ 豚ひき肉 白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 わかめ キャベツ コーン 油揚げ えのき	お茶 きらきらコーンのお黒さま	牛乳 バームクーヘン
8	月	ご飯 鶏のごま焼き ほうれん草納豆和え 根菜汁	米 鶏肉 納豆 ほうれん草 もやし 人参 ごぼう 人参 大根	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 フライドポテト
9	火	かむかむ豚肉のごまだれ丼 かぼちゃの煮物 みそ汁	米 豚肉 ごぼう 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ もやし いんげん	お茶 ハッピーターン	牛乳 きなこサンド
10	水	鶏肉のねぎ塩うどん ちくわと大根の土佐煮 オレンジ 	うどん 鶏肉 キャベツ ねぎ しめじ ちくわ 大根 人参 オレンジ	お茶 バリバリパンキン	牛乳 油揚げと小松菜おにぎり
11	木	ご飯 魚の梅みそ焼き 炒り豆腐 すまし汁 ピーチヨーグルト	米 さわら 豆腐 ひじき いんげん 人参 白菜 ほうれん草 桃缶 ヨーグルト	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 かぼちゃパンケーキ
12	金	ご飯 筑前煮 ツナとキャベツの和え物 みそ汁	米 鶏肉 大根 ごぼう 人参 ツナ キャベツ きゅうり 人参 小松菜 玉ねぎ	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 かりかりおさつスティック
13	土	厚揚げの中華丼 キャベツののり和え みそ汁	米 厚揚げ 豚ひき肉 白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 キャベツ きゅうり 切干大根 人参 しめじ	お茶 ビスコ	牛乳 ばかうけ
15	月	食パン(ジャム) ミートボールのケチャップ炒め マゼドアンサラダ 玉ねぎたっぷりスープ	食パン いちごジャム ミートボール 玉ねぎ じゃがいも きゅうり 人参 ウィンナー 玉ねぎ コーン いんげん	お茶 ほしたべよ	牛乳 スモア
16	火	チキテキ丼 小松菜のおかか和え みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ グリンピース 小松菜 ちくわ もやし 人参 油揚げ なす	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 きなこ蒸しパン
17	水	豚しゃぶうどん かわりきんぴら フルーツポンチ	うどん 豚肉 もやし トマト きゅうり コーン さつまあげ ひじき 大根 人参 桃缶 ゼリー みかん缶	お茶 マンナビスケット	牛乳 たぬきおにぎり
18	木	ご飯 魚の甘酢あんかけ かむかむ切干大根のサラダ みそ汁	米 タラ 玉ねぎ 人参 切干大根 人参 ほうれん草 わかめ えのき	お茶 アンパンマンせんべい	牛乳 おさつパンケーキ
19	金	チャーハン ネギ塩焼き肉 春雨スープ パナナ	米 ちくわ 玉ねぎ 人参 グリンピース 豚肉 キャベツ 長ネギ 春雨 チンゲン菜 パナナ	お茶 きらきらコーンのお黒さま	牛乳 シュガーバターサンド
20	土	*大運動会*			
22	月	ミートソースパゲティ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ オレンジ	スパゲティ 豚ひき肉 玉ねぎ ブロッコリー 人参 えのき 玉ねぎ オレンジ	お茶 ルヴァンクラッカー	牛乳 さけコーンおにぎり
23	火	ご飯 肉じゃが わかめのさっぱり和え みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 いんげん わかめ キャベツ コーン 玉ねぎ えのき 宮崎麦みそ	お茶 ハッピーターン	牛乳 プリンアラモード
24	水	麻婆豆腐丼 もやしのナムル 中華スープ	米 豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 グリンピース もやし 人参 ほうれん草 わかめ コーン	お茶 バリバリパンキン	牛乳 未満児 ジャムサン
25	木	ご飯 チキン南蛮 キャベツと人参のラペ みそ汁	米 鶏肉 卵 玉ねぎ キャベツ 人参 コーン 豆腐 えのき ねぎ 宮崎麦みそ	お茶 どうぶつビスケット	牛乳 あじさいゼリー 
26	金	キーマカレー(麦ごはん) 野菜スティック パナナ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり 人参 パナナ	お茶 ぼたぼた焼き	牛乳 お野菜チップス
27	土	ご飯 豚肉のさっぱり炒め キャベツのおかか和え みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン キャベツ きゅうり ほうれん草 人参	お茶 ビスコ	牛乳 ムーンライト
29	月	ピピンパ丼 さつまいもバター煮 わかめスープ	米 豚ひき肉 ほうれん草 人参 もやし さつまいも わかめ 玉ねぎ	お茶 ほしたべよ	牛乳 うどんスナック
30	火	冷やしツナそうめん 鶏肉とがんもの含め煮 オレンジ	そうめん ツナ 白菜 わかめ ねぎ 鶏肉 がんもどき いんげん オレンジ	お茶 アスバラガスビスケット	牛乳 お好み焼き

◎午前おやつはみみちゃん(普通食)、ひよこ組のおやつです
●午後のおやつは全員のおやつです

- 2日はお誕生会です。とけいご飯は、そぼろご飯を時計にみたくて飾り付けたご飯
- 9日と18日はかむかむメニューです。
- 16日はモグちゃんが来園！うめ組さんとO×クイズをします。
- 23日と25日は味噌汁紀行で宮崎の麦みその味噌汁です。
- 25日は、宮崎県の郷土料理「チキン南蛮」です。



	目標栄養価(幼児)	今月の栄養価
エネルギー	510kcal	514kcal
たんぱく質	20g	19.4g
脂質	15g	15.3g
食塩相当量	1.5g	1.6g



この献立は食材の都合により変更になる場合があります
シダックスフードサービス(株)