



# 6月の予定こんだてひょう(3~5才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	土	鶏の照り焼き・さつま芋の甘煮 もやしの和風サラダ・ゆかりごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	517	18.3	13	1.8	鶏肉 油揚げ 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング さつま芋・精白米 星型せんべい	もやし・人参 インゲン・コーン ゆかり・キャベツ
2	日									
3	月	白身魚フライ・金時豆 ほうれん草のお浸し・菜飯 豚汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	525	18	16.6	1.7	白身魚フライ 金時豆・豚肉 牛乳	精白米 麩 バター	ほうれん草・もやし 人参・大根・白菜 ごぼう・菜飯の素
4	火	ジャージャーラーメン・揚げ餃子 チンゲン菜の中華和え バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	521	19.6	15.6	2.2	豚肉・餃子 牛乳 ツナ・昆布	冷凍ラーメン・ごま油 味噌ラーメンスープ 精白米	玉ねぎ・人参 コーン・白菜 チンゲン菜・バナナ
5	水	親子丼・竹輪の磯辺揚げ キャベツの昆布茶和え なめこ汁・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	538	25.9	16.0	2.1	鶏肉・卵 ちくわ・青のり 豆腐・牛乳	精白米 てんぷら粉 フルーチェの素	玉ねぎ・三つ葉 キャベツ・人参 きゅうり・なめこ
6	木	ポークビーンズ・ポテトフライ ブロッコリーのシーザーサラダ ごはん・コンソメスープ・牛乳	ひじき入りお好み焼き 麦茶	556	22.2	17.8	2.1	豚肉・大豆 牛乳 ひじき・かまぼこ	シーザードレッシング ポテトフライ・精白米 小麦粉・お好み焼きソース	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・ブロッコリー 人参・黄ピーマン・キャベツ
7	金	鶏の味噌焼き・海藻サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん すまし汁・牛乳	シュガーロール 麦茶	564	22.6	21.4	2.4	鶏肉・海藻サラダ 高野豆腐 牛乳	青じそドレッシング 精白米・麩 シュガーロール	大根・きゅうり・人参 椎茸・筍・キヌサヤ ほうれん草・しめじ
8	土	豚肉の生姜焼き・小松菜のツナ和え かぼちゃのいとこ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	503	19.5	12.7	1.8	豚肉 ツナ 牛乳	かぼちゃ・こしあん 精白米 醤油せんべい	玉ねぎ・生姜 小松菜・もやし・人参 白菜・ごぼう
9	日									
10	月	チンジャオロース・カニシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	550	19.6	22.3	1.8	豚肉・カニシューマイ わかめ 牛乳・チーズ	チンジャオロースの素 春雨・マヨネーズ 精白米・じゃが芋	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・ねぎ
11	火	きつねうどん・きすの天ぷら キャベツのごまドレ和え みかん缶・牛乳	中華粥 麦茶	506	20.2	19.5	2.1	油揚げ・かまぼこ きす・牛乳 鶏肉	うどん ごまドレッシング てんぷら粉・精白米	ほうれん草・キャベツ 人参・きゅうり みかん缶・椎茸・ねぎ
12	水	ハヤシライス・オムレツ 花野菜のイタリアンサラダ 青りんごゼリー・牛乳	バウムクーヘン りんごジュース	641	19.5	23	2.3	豚肉 オムレツ 牛乳	ハヤシフレック・ゼリーの素 イタリアンドレッシング・精白米 バウムクーヘン・りんごジュース	玉ねぎ・黄ピーマン カリフラワー・しめじ ブロッコリー・人参
13	木	鶏のすっぱ煮・白菜の昆布茶和え ひじき煮・ごはん 味噌汁・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	527	20.4	12	2.1	鶏肉・昆布茶・大豆 ひじき・さつま揚げ 牛乳・ヨーグルト	片栗粉 精白米 里芋	白菜・人参 きゅうり・ほうれん草 バナナ
14	金	とんかつ・にらのお浸し 切干大根煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	538	21.2	19.5	1.8	とんかつ さつま揚げ・豆腐 わかめ・牛乳	精白米 ホットケーキミックス ジャム	にら・もやし・人参 切干大根 グリーンピース・ねぎ
15	土	豆腐ハンバーグ・筑前煮 ブロッコリーのゆかり和え・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	504	19.3	12.6	1.7	豆腐ハンバーグ 鶏肉 牛乳	おろしソース・片栗粉 精白米 ビスケット	大根・人参・ごぼう レンコン・キヌサヤ・ゆかり ブロッコリー・小松菜・しめじ
16	日									
17	月	サバの味噌煮・ポテトサラダ 切昆布煮・ごはん けんちん汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	541	20	19.3	1.9	サバ・昆布 ハム・ちくわ 豆腐・牛乳	片栗粉・じゃが芋 マヨネーズ・里芋 精白米・リッツ・マシュマロ	ミックスベジタブル 大根・人参 ごぼう・白菜
18	火	中華丼・春雨サラダ エビシューマイ たまごスープ・牛乳	ゼリートライフル 麦茶	529	19.5	17.5	2.2	豚肉・かまぼこ ハム・エビシューマイ たまご・わかめ・牛乳	精白米・片栗粉 春雨・和風ドレッシング カステラ・ゼリー・ホイップクリーム	白菜・人参・玉ねぎ 筍・キヌサヤ きゅうり
19	水	納豆スパゲティ・ミニコロッケ 蒸し鶏サラダ コンソメスープ・牛乳	いなり寿司 麦茶	559	17.6	17.4	2.1	納豆 鶏肉 牛乳・味付き稲荷	スパゲティ ごまドレッシング 精白米・ミニコロッケ	玉ねぎ・こねぎ・人参 キャベツ・きゅうり ほうれん草・しめじ
20	木	お弁当day・・・鶏のから揚げ フライドポテト・ブロッコリーサラダ わかめおにぎり・レモンゼリー・麦茶	あんぱん 牛乳	560	20.4	19.4	2.2	鶏肉 わかめご飯の素 牛乳	片栗粉・じゃが芋 イタリアンドレッシング 精白米・ゼリー・あんぱん	ブロッコリー 人参 コーン
21	金	ウインナーピラフ・はんぺんチーズフライ ほうれん草のフレンチサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	プリン 麦茶	537	17.9	19.3	1.8	ウインナー はんぺんチーズフライ 牛乳	精白米 フレンチ白ドレッシング プリン	玉ねぎ・ミックスベジタブル ほうれん草・人参 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
22	土	ササミカツ・豆腐サラダ 里芋味噌煮・のり佃煮ご飯 すまし汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	506	20.3	12.1	2.2	ササミカツ 豆腐・のり佃煮 牛乳	青じそドレッシング 里芋・精白米 サラダせんべい	きゅうり・トマト ほうれん草 もやし・しめじ
23	日									
24	月	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ フルーツポンチ・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	617	17.9	15.4	2.2	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・パーモントフレック じゃが芋・青じそドレッシング ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・福神漬け 大根・きゅうり・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
25	火	肉丼・さつま芋の天ぷら 五色和え 味噌汁・麦茶	黒糖パン 牛乳	560	18.7	15.8	1.9	豚肉 錦糸卵・わかめ 牛乳	精白米 さつま芋・てんぷら粉 黒糖パン	玉ねぎ・もやし 人参・きゅうり 白菜・ごぼう
26	水	コロッケパン・ウインナー スパゲティサラダ バナナ・オニオンスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	543	17.7	11.8	2.1	ツナ ウインナー 牛乳・鶏肉	ミニコロッケ・コッペパン スパゲティ・精白米 イタリアンドレッシング	きゅうり・人参・パセリ コーン・玉ねぎ・椎茸 バナナ・ほうれん草
27	木	モロの竜田揚げ・オクラのお浸し かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	529	19.5	14.8	1.7	モロ 油揚げ 牛乳	片栗粉 精白米 ゼリーの素	オクラ・もやし 人参・かぼちゃ 大根・黄桃缶
28	金	ピピン丼・春巻き ごぼうサラダ 中華スープ・牛乳	あずきクリームク ラッカー 麦茶	564	16.4	25.7	1.8	豚肉 春巻き 牛乳	精白米・焼肉のたれ ごま油・こしあん リッツ・ホイップクリーム	もやし・ほうれん草 人参・ごぼうサラダ きゅうり・チンゲン菜
29	土	チキンチャップ・ジャーマンポテト キャベツのイタリアンサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	506	17.7	15.9	2.3	鶏肉 ウインナー ツナ・牛乳	じゃが芋・精白米 イタリアンドレッシング 星型せんべい	玉ねぎ・人参 コーン・パセリ缶 白菜・しめじ
30	日									

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 6月の予定こんだてひょう(2才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	土	白い風船	鶏の照り焼き・さつま芋の甘煮 もやしの和風サラダ・ゆかりごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	491	17.4	12.4	1.6	鶏肉 油揚げ 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング さつま芋・精白米 白い風船・星型せんべい	もやし・人参 インゲン・コーン ゆかり・キャベツ
2	日										
3	月	ウエハース	白身魚フライ・金時豆 ほうれん草のお浸し・菜飯 豚汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	499	17.1	15.8	1.5	白身魚フライ 金時豆・豚肉 牛乳	精白米 ウエハース・麩 バター	ほうれん草・もやし 人参・大根・白菜 ごぼう・菜飯の素
4	火	野菜せんべい	ジャージャーラーメン・揚げ餃子 チンゲン菜の中華和え バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	495	18.6	14.8	2	豚肉・餃子 牛乳 ツナ・昆布	冷凍ラーメン・ごま油 味噌ラーメンスープ 野菜せんべい・精白米	玉ねぎ・人参 コーン・白菜 チンゲン菜・バナナ
5	水	オレンジ	親子丼・竹輪の磯辺揚げ キャベツの昆布茶和え なめこ汁・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	511	24.6	15.2	1.9	鶏肉・卵 ちくわ・青のり 豆腐・牛乳	精白米 てんぷら粉 フルーチェの素	オレンジ・玉ねぎ・みつ葉 キャベツ・人参 きゅうり・なめこ
6	木	クッキー	ポークビーンズ・ポテトフライ ブロッコリーのシーザーサラダ ごはん・コンソメスープ・牛乳	ひじき入りお好み焼き 麦茶	528	21.1	16.9	1.9	豚肉・大豆 牛乳 ひじき・かまぼこ	クッキー・シーザードレッシング ポテトフライ・精白米 小麦粉・お好み焼きソース	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・ブロッコリー 人参・黄ピーマン・キャベツ
7	金	コーンフレーク	鶏の味噌焼き・海藻サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん すまし汁・牛乳	シュガーロール 麦茶	536	21.5	20.3	2.2	鶏肉・海藻サラダ 高野豆腐 牛乳	青じそドレッシング コーンフレーク・精白米・麩 シュガーロール	大根・きゅうり・人参 椎茸・筍・キヌサヤ ほうれん草・しめじ
8	土	りんご	豚肉の生姜焼き・小松菜のツナ和え かぼちゃのいとこ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	醤油せんべい 麦茶	478	18.5	12.1	1.6	豚肉 ツナ 牛乳	かぼちゃ・こしあん 精白米 醤油せんべい	りんご・玉ねぎ・生姜 小松菜・もやし・人参 白菜・ごぼう
9	日										
10	月	白い風船	チンジャオロース・カニシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	523	18.6	21.2	1.6	豚肉・カニシューマイ わかめ 牛乳・チーズ	チンジャオロースの素 白い風船・春雨・マヨネーズ 精白米・じゃが芋	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・ねぎ
11	火	フルーチェ(いちご)	きつねうどん・きすの天ぷら キャベツのごまドレ和え みかん缶・牛乳	中華粥 麦茶	481	19.2	18.5	1.9	油揚げ・かまぼこ きす・牛乳 鶏肉	フルーチェ・うどん ごまドレッシング てんぷら粉・精白米	ほうれん草・キャベツ 人参・きゅうり みかん缶・椎茸・ねぎ
12	水	チーズかまぼこ	ハヤシライス・オムレツ 花野菜のイタリアンサラダ 青りんごゼリー・牛乳	バウムクーヘン りんごジュース	609	18.5	21.9	2.1	チーズかまぼこ・豚肉 オムレツ 牛乳	ハヤシフレーク・ゼリーの素 イタリアンドレッシング・精白米 バウムクーヘン・りんごジュース	玉ねぎ・黄ピーマン カリフラワー・しめじ ブロッコリー・人参
13	木	星型せんべい	鶏のすっぽ煮・白菜の昆布茶和え ひじき煮・ごはん 味噌汁・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	501	19.4	11.4	1.9	鶏肉・昆布茶・大豆 ひじき・さつま揚げ 牛乳・ヨーグルト	星型せんべい・片栗粉 精白米 里芋	白菜・人参 きゅうり・ほうれん草 バナナ
14	金	たまごボーロ	とんかつ・にらのお浸し 切干大根煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	511	20.1	18.5	1.6	とんかつ さつま揚げ・豆腐 わかめ・牛乳	たまごボーロ・精白米 ホットケーキミックス ジャム	にら・もやし・人参 切干大根 グリーンピース・ねぎ
15	土	オレンジ	豆腐ハンバーグ・筑前煮 ブロッコリーのゆかり和え・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	479	18.3	12.0	1.5	豆腐ハンバーグ 鶏肉 牛乳	おろしソース・片栗粉 精白米 ビスケット	オレンジ・大根・人参・ごぼう レンコン・キヌサヤ・ゆかり ブロッコリー・小松菜・しめじ
16	日										
17	月	ソフトせんべい	サバの味噌煮・ポテトサラダ 切昆布煮・ごはん けんちん汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	514	19.0	18.3	1.7	サバ・昆布 ハム・ちくわ 豆腐・牛乳	ソフトせんべい・片栗粉・じゃが芋 マヨネーズ・里芋 精白米・リッツ・マシュマロ	ミックスベジタブル 大根・人参 ごぼう・白菜
18	火	クッキー	中華丼・春雨サラダ エビシューマイ たまごスープ・牛乳	ゼリートライフル 麦茶	503	18.5	16.6	2	豚肉・かまぼこ ハム・エビシューマイ たまご・わかめ・牛乳	クッキー・精白米・片栗粉 春雨・和風ドレッシング カステラ・ゼリー・ホイップクリーム	白菜・人参・玉ねぎ 筍・キヌサヤ きゅうり
19	水	チーズかまぼこ	納豆スパゲティ・ミニコロッケ 蒸し鶏サラダ コンソメスープ・牛乳	いなり寿司 麦茶	531	16.7	16.5	1.9	チーズかまぼこ・納豆 鶏肉 牛乳・味付き稲荷	スパゲティ ごまドレッシング 精白米・ミニコロッケ	玉ねぎ・こねぎ・人参 キャベツ・きゅうり ほうれん草・しめじ
20	木	ビスケット	鶏のから揚げ・フライドポテト ブロッコリーサラダ・わかめごはん レモンゼリー・麦茶	あんぱん 牛乳	532	19.4	18.4	2	鶏肉 わかめご飯の素 牛乳	ビスケット・片栗粉・じゃが芋 イタリアンドレッシング 精白米・ゼリー・あんぱん	ブロッコリー 人参 コーン
21	金	オレンジ	ウインナーピラフ・はんぺんチーズフライ ほうれん草のフレンチサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	プリン 麦茶	510	17.0	18.3	1.6	ウインナー はんぺんチーズフライ 牛乳	精白米 フレンチ白ドレッシング プリン	玉ねぎ・ミックスベジタブル オレンジ・ほうれん草・人参 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
22	土	白い風船	ササミカツ・豆腐サラダ 里芋味噌煮・のり佃煮ご飯 すまし汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	481	19.3	11.5	2	ササミカツ 豆腐・のり佃煮 牛乳	青じそドレッシング 白い風船・里芋・精白米 サラダせんべい	きゅうり・トマト ほうれん草 もやし・しめじ
23	日										
24	月	星型せんべい	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ フルーツポンチ・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	586	17.0	14.6	2	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・パーモントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング 星型せんべい・ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・福神漬け 大根・きゅうり・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
25	火	ウエハース	肉丼・さつま芋の天ぷら 五色和え 味噌汁・麦茶	黒糖パン 牛乳	532	17.8	15.0	1.7	豚肉 錦糸卵・わかめ 牛乳	ウエハース・精白米 さつま芋・てんぷら粉 黒糖パン	玉ねぎ・もやし 人参・きゅうり 白菜・ごぼう
26	水	ヨーグルト	コロッケパン・ウインナー スパゲティサラダ バナナ・オニオンスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	516	16.8	11.1	1.9	ツナ ウインナー 牛乳・鶏肉	ミニコロッケ・コッペパン スパゲティ・精白米 イタリアンドレッシング	きゅうり・人参・パセリ コーン・玉ねぎ・椎茸 バナナ・ほうれん草
27	木	クッキー	モロの竜田揚げ・オクラのお浸し かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	503	18.5	14.1	1.5	モロ 油揚げ 牛乳	クッキー・片栗粉 精白米 ゼリーの素	オクラ・もやし 人参・かぼちゃ 大根・黄桃缶
28	金	オレンジ	ビビンバ丼・春巻き ごぼうサラダ 中華スープ・牛乳	あずきクリームク ラッカー 麦茶	536	15.6	24.4	1.6	豚肉 春巻き 牛乳	精白米・焼肉のたれ ごま油・こしあん リッツ・ホイップクリーム	オレンジ・もやし・ほうれん草 人参・ごぼうサラダ きゅうり・チンゲン菜
29	土	ビスケット	チキンチャップ・ジャーマンポテト キャベツのイタリアンサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	481	16.8	15.1	2.1	鶏肉 ウインナー ツナ・牛乳	ビスケット・じゃが芋・精白米 イタリアンドレッシング 星型せんべい	玉ねぎ・人参 コーン・パセリ缶 白菜・しめじ
30	日										

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 6月の予定こんだてひょう(1才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	土	白い風船	鶏の照り焼き・さつま芋の甘煮 もやしの和風サラダ・ゆかりごはん 味噌汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	442	15.6	11.1	1.4	鶏肉 油揚げ 牛乳	片栗粉・和風ドレッシング さつま芋・精白米 白い風船・星型せんべい	もやし・人参 インゲン・コーン ゆかり・キャベツ
2	日										
3	月	ウエハース	白身魚フライ・金時豆 ほうれん草のお浸し・菜飯 豚汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	449	15.4	14.2	1.3	白身魚フライ 金時豆・豚肉 牛乳	精白米 ウエハース・麩 バター	ほうれん草・もやし 人参・大根・白菜 ごぼう・菜飯の素
4	火	野菜せんべい	ジャージャーラーメン・揚げ餃子 チンゲン菜の中華和え バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	445	16.8	13.3	1.8	豚肉・餃子 牛乳 ツナ・昆布	冷凍ラーメン・ごま油 味噌ラーメンスープ 野菜せんべい・精白米	玉ねぎ・人参 コーン・白菜 チンゲン菜・バナナ
5	水	オレンジ	親子丼・竹輪の磯辺揚げ キャベツの昆布茶和え なめこ汁・牛乳	フルーチェ(ピーチ) 麦茶	460	22.1	13.7	1.7	鶏肉・卵 ちくわ・青のり 豆腐・牛乳	精白米 てんぷら粉 フルーチェの素	オレンジ・玉ねぎ・みつ葉 キャベツ・人参 きゅうり・なめこ
6	木	クッキー	ポークビーンズ・ポテトフライ ブロッコリーのシーザーサラダ ごはん・コンソメスープ・牛乳	ひじき入りお好み焼き 麦茶	475	19.0	15.2	1.7	豚肉・大豆 牛乳 ひじき・かまぼこ	クッキー・シーザードレッシング ポテトフライ・精白米 小麦粉・お好み焼きソース	玉ねぎ・グリーンピース トマト缶・ブロッコリー 人参・黄ピーマン・キャベツ
7	金	コーンフレーク	鶏の味噌焼き・海藻サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん すまし汁・牛乳	シュガーロール 麦茶	482	19.3	18.3	2.0	鶏肉・海藻サラダ 高野豆腐 牛乳	青じそドレッシング コーンフレーク・精白米・麩 シュガーロール	大根・きゅうり・人参 椎茸・筍・キヌサヤ ほうれん草・しめじ
8	土	りんご	豚肉の生姜焼き・小松菜のツナ和え かぼちゃのいとこ煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	430	16.7	10.9	1.4	豚肉 ツナ 牛乳	かぼちゃ・こしあん 精白米 醤油せんべい	りんご・玉ねぎ・生姜 小松菜・もやし・人参 白菜・ごぼう
9	日										
10	月	白い風船	チンジャオロース・カニシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	470	16.8	19.1	1.4	豚肉・カニシューマイ わかめ 牛乳・チーズ	チンジャオロースの素 白い風船・春雨・マヨネーズ 精白米・じゃが芋	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・チンゲン菜 コーン・ねぎ
11	火	フルーチェ(いちご)	きつねうどん・きすの天ぷら キャベツのごまドレ和え みかん缶・牛乳	中華粥 麦茶	433	17.3	16.7	1.7	油揚げ・かまぼこ きす・牛乳 鶏肉	フルーチェ・うどん ごまドレッシング てんぷら粉・精白米	ほうれん草・キャベツ 人参・きゅうり みかん缶・椎茸・ねぎ
12	水	チーズかまぼこ	ハヤシライス・オムレツ 花野菜のイタリアンサラダ 青りんごゼリー・牛乳	バウムクーヘン りんごジュース	548	16.7	19.7	1.9	チーズかまぼこ・豚肉 オムレツ 牛乳	ハヤシフレーク・ゼリーの素 イタリアンドレッシング・精白米 バウムクーヘン・りんごジュース	玉ねぎ・黄ピーマン カリフラワー・しめじ ブロッコリー・人参
13	木	星型せんべい	鶏のすつば煮・白菜の昆布茶和え ひじきごはん 味噌汁・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	451	17.4	10.3	1.7	鶏肉・昆布茶・大豆 ひじき・さつま揚げ 牛乳・ヨーグルト	星型せんべい・片栗粉 精白米 里芋	白菜・人参 きゅうり・ほうれん草 バナナ
14	金	たまごボーロ	とんかつ・にらのお浸し 切干大根煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	460	18.1	16.7	1.4	とんかつ さつま揚げ・豆腐 わかめ・牛乳	たまごボーロ・精白米 ホットケーキミックス ジャム	にら・もやし・人参 切干大根 グリーンピース・ねぎ
15	土	オレンジ	豆腐ハンバーグ・筑前煮 ブロッコリーのゆかり和え・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	431	16.5	10.8	1.3	豆腐ハンバーグ 鶏肉 牛乳	おろしソース・片栗粉 精白米 ビスケット	オレンジ・大根・人参・ごぼう レンコン・キヌサヤ・ゆかり ブロッコリー・小松菜・しめじ
16	日										
17	月	ソフトせんべい	サバの味噌煮・ポテトサラダ 切昆布煮・ごはん けんちん汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	463	17.1	16.5	1.5	サバ・昆布 ハム・ちくわ 豆腐・かまぼこ	ソフトせんべい・片栗粉・じゃが芋 マヨネーズ・里芋 精白米・リッツ・マシュマロ	ミックスベジタブル 大根・人参 ごぼう・白菜
18	火	クッキー	中華丼・春雨サラダ エビシューマイ たまごスープ・牛乳	ゼリートライフル 麦茶	452	16.7	15.0	1.8	豚肉・かまぼこ ハム・エビシューマイ たまご・わかめ・牛乳	クッキー・精白米・片栗粉 春雨・和風ドレッシング カステラ・ゼリー	白菜・人参・玉ねぎ 筍・キヌサヤ きゅうり
19	水	チーズかまぼこ	納豆スパゲティ・ミニコロッケ 蒸し鶏サラダ コンソメスープ・牛乳	きつねおにぎり 麦茶	478	15.0	14.9	1.7	チーズかまぼこ・納豆 鶏肉 牛乳・味付き稲荷	スパゲティ ごまドレッシング 精白米・ミニコロッケ	玉ねぎ・こねぎ・人参 キャベツ・きゅうり ほうれん草・しめじ
20	木	ビスケット	鶏のから揚げ・フライドポテト ブロッコリーサラダ・わかめごはん レモンゼリー・麦茶	あんぱん 牛乳	479	17.4	16.6	1.8	鶏肉 わかめご飯の素 牛乳	ビスケット・片栗粉・じゃが芋 イタリアンドレッシング 精白米・ゼリー・あんぱん	ブロッコリー 人参 コーン
21	金	オレンジ	ウインナーピラフ・はんぺんチーズフライ ほうれん草のフレンチサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	プリン 麦茶	459	15.3	16.5	1.4	ウインナー はんぺんチーズフライ 牛乳	精白米 フレンチ白ドレッシング プリン	玉ねぎ・ミックスベジタブル オレンジ・ほうれん草・人参 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
22	土	白い風船	ササミカツ・豆腐サラダ 里芋味噌煮・のり佃煮ご飯 すまし汁・牛乳	野菜せんべい 麦茶	433	17.4	10.3	1.8	ササミカツ 豆腐・のり佃煮 牛乳	青じそドレッシング 白い風船・里芋・精白米 サラダせんべい	きゅうり・トマト ほうれん草 もやし・しめじ
23	日										
24	月	星型せんべい	チキンカレー・福神漬け コロコロサラダ フルーツポンチ・牛乳	ワッフル 野菜ジュース	528	15.3	13.2	1.8	鶏肉 大豆 牛乳	精白米・バーモントフレーク じゃが芋・青じそドレッシング 星型せんべい・ワッフル・野菜ジュース	玉ねぎ・人参・福神漬け 大根・きゅうり・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
25	火	ウエハース	肉丼・さつま芋の天ぷら 五色和え 味噌汁・麦茶	ジャムパン 牛乳	479	16.0	13.5	1.5	豚肉 錦糸卵・わかめ 牛乳	ウエハース・精白米 さつま芋・てんぷら粉 食パン・ジャム	玉ねぎ・もやし 人参・きゅうり 白菜・ごぼう
26	水	ヨーグルト	ジャムパン・ウインナー スパゲティサラダ・ミニコロッケ バナナ・オニオンスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	464	15.1	100.9	1.7	ツナ ウインナー 牛乳・鶏肉	ミニコロッケ・コッペパン スパゲティ・精白米 イタリアンドレッシング	きゅうり・人参・パセリ コーン・玉ねぎ・椎茸 バナナ・ほうれん草
27	木	クッキー	モロの竜田揚げ・オクラのお浸し かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	452	16.7	12.7	1.3	モロ 油揚げ 牛乳	クッキー・片栗粉 精白米 ゼリーの素	オクラ・もやし 人参・かぼちゃ 大根・黄桃缶
28	金	オレンジ	びんぱん・春巻き ごぼうサラダ 中華スープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	482	14.0	22.0	1.4	豚肉 春巻き 牛乳	精白米・焼肉のたれ ごま油・こしあん リッツ・ホイップクリーム	オレンジ・もやし・ほうれん草 人参・ごぼうサラダ きゅうり・チンゲン菜
29	土	ビスケット	チキンチャップ・ジャーマンポテト キャベツのイタリアンサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	星型せんべい 麦茶	433	15.1	13.6	1.9	鶏肉 ウインナー ツナ・牛乳	ビスケット・じゃが芋・精白米 イタリアンドレッシング 星型せんべい	玉ねぎ・人参 コーン・パセリ缶 白菜・しめじ
30	日										

\*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



# 6月の予定こんだてひょう(離乳食)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	完了期食 (12ヶ月～)		後期食 (9～11ヶ月頃)		中期食 (7～8ヶ月頃)	初期食 (5～6ヶ月頃)	
		朝のおやつ	昼食	朝のおやつ	昼食			
1	土	ハイハイ (プレーン)	チキン煮・さつまいもの甘煮 もやしのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	小魚せんべい 麦茶	ハイハイ (プレーン)	チキン煮 もやしのサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 さつまいも煮 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶
2	日						白粥 大根ペースト 麦茶	
3	月	マンナウエ ハース	煮魚(タラ)・かぼちゃ煮 ほうれん草のお浸し・ごはん 豚汁・牛乳	とうもろこし すなっく 麦茶	マンナウエ ハース	煮魚(タラ) ほうれん草のサラダ 白粥・大根のスープ・麦茶	煮魚(タラ) ほうれん草のことごと煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
4	火	ほうれん草 と小松菜せ んべい	にゅうめん・肉団子のだし煮 チンゲン菜のサラダ バナナ・牛乳	ツナ昆布おにぎり 麦茶	ほうれん草と 小松菜せんべ い	にゅうめん チンゲン菜のサラダ バナナ・麦茶	にゅうめん チンゲン菜のくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
5	水	オレンジ	親子煮・ちくわ煮 キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ (ピーチ) 麦茶	オレンジ	親子煮 キャベツのサラダ 白粥・豆腐のスープ・麦茶	じゃが芋のそぼろあんかけ キャベツのくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
6	木	クッキー	豚肉のトマト煮・じゃが芋煮 ブロッコリーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	ひじき入りお好み焼き 麦茶	かぼちゃ&に んじんリング	豚肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶	鶏のトマト煮 ゆでブロッコリー 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
7	金	コーンフ レーク	鶏の味噌煮・海藻サラダ 高野豆腐の五目煮・ごはん すまし汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	小魚せんべい	チキン煮 大根のサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	大根煮 高野豆腐煮 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶
8	土	りんご	豚肉の玉ねぎあんかけ・かぼちゃ煮 小松菜のツナ和え・ごはん 味噌汁・牛乳	しらす&わかめ せんべい 麦茶	りんご	豚肉の玉ねぎあんかけ かぼちゃ煮 白粥・白菜のスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
9	日							
10	月	ハイハイ (野菜)	豚肉の野菜あんかけ・さつまいも煮 春雨サラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	じゃが芋チーズ 麦茶	ハイハイ (野菜)	豚肉の野菜あんかけ さつまいも煮 白粥・わかめスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 さつまいも煮 白粥・麦茶	白粥 さつまいもペースト 麦茶
11	火	フルーチェ (いちご)	きつねうどん・煮魚(タラ) キャベツのサラダ みかん缶・牛乳	中華粥 麦茶	ヨーグルト	煮込みうどん・煮魚(タラ) キャベツのサラダ オレンジ・麦茶	煮込みうどん キャベツのくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
12	水	チーズス ティック	肉じゃが・オムレツ 花野菜サラダ・ごはん 青りんごゼリー・牛乳	かぼちゃ&にんじん リング りんごジュース	チーズス ティック	肉じゃが 花野菜サラダ 白粥・りんご・麦茶	肉じゃが ゆでブロッコリー 白粥・りんご・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
13	木	小魚せんべ い	チキン煮・白菜のサラダ ひじきごはん 味噌汁・牛乳	バナナヨーグルト 麦茶	小魚せんべい	チキン煮 白菜のサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ ほうれん草のことごと煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
14	金	たまごボー ロ	肉団子のだし煮・もやしのサラダ 切干大根煮・ごはん すまし汁・牛乳	パンケーキ 麦茶	たまごボーロ	肉団子のだし煮 もやしのサラダ 白粥・豆腐のスープ・麦茶	豆腐のチャンプルー かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
15	土	オレンジ	豆腐ハンバーグ・筑前煮 ブロッコリーのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	オレンジ	筑前煮 ブロッコリーのサラダ 白粥・小松菜のスープ・麦茶	大根のそぼろあんかけ ブロッコリーのことごと煮 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
16	日							
17	月	ほうれん草 と小松菜せ んべい	サバの味噌煮・ポテトサラダ 切昆布煮・ごはん けんちん汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	ほうれん草と 小松菜せんべ い	煮魚(サバ) じゃが芋煮 白粥・大根のスープ・麦茶	煮魚(タラ) じゃが芋煮 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶
18	火	クッキー	野菜のそぼろ煮・春雨サラダ 高野豆腐煮・ごはん たまごスープ・牛乳	ゼリー 麦茶	枝豆ビスケッ ト	野菜のそぼろ煮 高野豆腐煮 白粥・たまごスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 高野豆腐煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
19	水	チーズス ティック	納豆スパゲティ・じゃが芋煮 蒸し鶏サラダ コンソメスープ・牛乳	きつねおにぎり 麦茶	チーズス ティック	納豆スパゲティ・じゃが芋煮 蒸し鶏サラダ ほうれん草のスープ・麦茶	納豆うどん キャベツのくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
20	木	マンナビス ケット	チキン煮・ブロッコリーサラダ じゃが芋の野菜あんかけ・わかめごはん レモンゼリー・麦茶	ジャムパン 牛乳	マンナビス ケット	チキン煮 じゃが芋の野菜あんかけ 白粥・りんご・麦茶	じゃが芋の野菜あんかけ ゆでブロッコリー 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶
21	金	オレンジ	タラのトマト煮・ダイスチーズ ほうれん草のサラダ・ごはん 千切り野菜スープ・牛乳	ゼリー 麦茶	オレンジ	タラのトマト煮 ほうれん草のサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶	タラのトマト煮 ほうれん草のことごと煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
22	土	ハイハイ (プレーン)	チキン煮・豆腐サラダ 里芋味噌煮・ごはん すまし汁・牛乳	ほうれん草と小松菜 せんべい 麦茶	ハイハイ (プレーン)	チキン煮 豆腐のサラダ 白粥・里芋のスープ・麦茶	豆腐の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 豆腐ペースト 麦茶
23	日							
24	月	小魚せんべ い	肉じゃが コロコロサラダ・ごはん フルーツポンチ・牛乳	かぼちゃ&にんじん リング りんごジュース	小魚せんべい	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・オレンジ・麦茶	肉じゃが コロコロサラダ 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶
25	火	マンナウエ ハース	豚肉の玉ねぎあんかけ・五色和え さつまいもスティック・ごはん 味噌汁・麦茶	ジャムパン 牛乳	マンナウエ ハース	豚肉の玉ねぎあんかけ さつまいもスティック 白粥・白菜のスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 さつまいも煮 白粥・麦茶	白粥 さつまいもペースト 麦茶
26	水	ヨーグルト	ジャムパン・チキン煮 スパゲティサラダ バナナ・オニオンスープ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	ヨーグルト	チキン煮 スパゲティサラダ パン粥・玉ねぎのスープ・麦茶	そぼろ煮 人参のサラダ パン粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶
27	木	クッキー	煮魚(タラ)・オクラのお浸し かぼちゃの甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	たまごボーロ	タラの野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・大根のスープ・麦茶	タラの野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶
28	金	オレンジ	豚肉の野菜あんかけ・里芋煮 人参のサラダ 中華スープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	オレンジ	豚肉の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・人参のスープ・麦茶	肉団子のだし煮 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶
29	土	枝豆ビス ケット	鶏のトマト煮・じゃが芋煮 キャベツのサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	小魚せんべい 麦茶	枝豆ビスケッ ト	鶏のトマト煮 キャベツのサラダ 白粥・白菜のスープ・麦茶	鶏のトマト煮 キャベツのくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶
30	日							

麦茶・・・麦茶25ml+お湯25ml 計50mlです。