



日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	火	御飯 マーボー豆腐 切干し大根のサラダ わかめスープ	牛乳100 みかん	米、砂糖、片栗粉、ごま、ごま油、油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン	にんじん、たまねぎ、ねぎ、りんご濃縮果汁、こまつな、コーン缶、きゅうり、切り干しだいこん、レモン果汁、カットわかめ、しょうが	牛乳130 キャロットゼリー
2	水	御飯 肉じゃが ほうれん草と豆腐のごま和え みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、しらたき、小麦粉、すりごま、砂糖、油	木綿豆腐、牛肉(肩ロース)、魚肉ソーセージ、調製豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	もも缶(白桃)、ほうれん草、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、だいこん、ねぎ、ひじき、カットわかめ、あおのり	ほうじ茶 たご焼き
3	木	御飯 厚揚げのケチャップ煮 ペイクレ芋 わかめスープ	牛乳100 既製品おやつ	米、さといも(冷凍)、片栗粉、油、ごま油	生揚げ、豚肉(肩ロース)、かつお節	もも缶(白桃)、たまねぎ、にんじん、コーン缶、チンゲンサイ、ねぎ、カットわかめ	ほうじ茶 焼きおにぎり
4	金	御飯 鶏のレモン焼き ひじきとさつま芋の煮物 豆乳汁	牛乳100 既製品おやつ	米、さつまいも、小麦粉、油、片栗粉、ながいも、砂糖	鶏むね肉、豆乳、豚肉(もも)、かつお節	キャベツ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、さやえんどう、ひじき、レモン果汁、あおのり	ほうじ茶 お好み焼き
5	土	~親子遠足~					
7	月	ハヤシライス 野菜炒め りんご	牛乳100 みかん	じゃがいも、米、油	牛乳、牛肉(もも)	たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、エリンギ	牛乳130 洋風ふかしいも
8	火	御飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのツナ和え みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖、米粉、油、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、豆乳、凍り豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	だいこん、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、にんじん、れんこん、ひじき、カットわかめ	牛乳130 凍り豆腐の きな粉トースト
9	水	御飯 いわしのかば焼き ほうれん草の磯和え すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、砂糖、油	いわし、さけ	ほうれん草、もやし、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ、焼きのり、しょうが	ほうじ茶 鮭ひじきおにぎり
10	木	御飯 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏ささ身、米みそ(淡色辛みそ)	もも缶(白桃)、もやし、そらめめ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、きゅうり、カットわかめ、しょうが	牛乳130 塩ゆでそら豆 クラッカー
11	金	御飯 さわらの野菜レモン蒸し 凍り豆腐とにんじんの煮物 すまし汁	牛乳100 バナナ	米、もち米、砂糖	牛乳、さわら、油揚げ、凍り豆腐、きな粉	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、えのきたけ、コーン缶、レモン果汁、カットわかめ	牛乳130 きな粉おはぎ
12	土	カレー風味のトマトライス 野菜スープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、油、米粉	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、バナナ、ホールトマト缶詰、ほうれん草、にんじん、コーン缶、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
14	月	御飯 鮭のポテトクリーム焼き 小松菜とコーンのソテー 野菜スープ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖	牛乳、さけ、ツナ水煮缶	りんご、クリームコーン缶、こまつな、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、にんじん、しめじ、バナナ	牛乳130 バナナスコーン
15	火	御飯 あじの塩焼き ほうれん草のナムル みそ汁	牛乳100 せんべい	米、ごま油	あじ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	ほうれん草、もやし、たまねぎ、だいこん、にんじん、コーン缶、カットわかめ、焼きのり	ほうじ茶 焼きおにぎり
16	水	御飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーの玉ねぎドレッシング 粉ふき芋	牛乳100 バナナ	米、じゃがいも、ゆでうどん、油、ごま油、片栗粉、砂糖	鶏もも肉、豚肉(もも)	ホールトマト缶詰、たまねぎ、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、コーン缶、にんにく、あおのり	ほうじ茶 焼きうどん
17	木	御飯 肉じゃが ほうれん草と豆腐のごま和え みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、しらたき、小麦粉、すりごま、砂糖、油	木綿豆腐、牛肉(肩ロース)、魚肉ソーセージ、調製豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	もも缶(白桃)、ほうれん草、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、だいこん、ねぎ、ひじき、カットわかめ、あおのり	ほうじ茶 たご焼き
18	金	御飯 マーボー豆腐 切干し大根のサラダ わかめスープ	牛乳100 みかん	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、ごま油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、ねぎ、こまつな、にんじん、コーン缶、きゅうり、切り干しだいこん、カットわかめ、しょうが	牛乳130 お誕生日ケーキ

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19	土	御飯 豚井の具 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、油、ごま	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
21	月	御飯 鮭のポテトクリーム焼き 小松菜とコーンのソテー 野菜スープ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖	牛乳、さけ、ツナ水煮缶	りんご、クリームコーン缶、こまつな、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、にんじん、しめじ、バナナ	バナナスコーン 牛乳130
22	火	御飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのツナ和え みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、砂糖、米粉、油、片栗粉	牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、豆乳、凍り豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	だいこん、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、にんじん、れんこん、ひじき、カットわかめ	牛乳130 凍り豆腐の きな粉トースト
23	水	御飯 いわしのかば焼き ほうれん草の磯和え すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、砂糖、油	いわし、さけ	ほうれん草、もやし、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ、焼きのり、しょうが	ほうじ茶 鮭ひじきおにぎり
24	木	御飯 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、鶏ささ身、米みそ(淡色辛みそ)	もも缶(白桃)、もやし、そらめめ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、きゅうり、カットわかめ、しょうが	牛乳130 塩ゆでそら豆 クラッカー
25	金	御飯 さわらの野菜レモン蒸し 凍り豆腐とにんじんの煮物 すまし汁	牛乳100 バナナ	米、もち米、砂糖	牛乳、さわら、油揚げ、凍り豆腐、きな粉	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、えのきたけ、コーン缶、レモン果汁、カットわかめ	牛乳130 きな粉おはぎ
26	土	カレー風味のトマトライス 野菜スープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、油、米粉	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、バナナ、ホールトマト缶詰、ほうれん草、にんじん、コーン缶、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
28	月	ハヤシライス 野菜炒め りんご	牛乳100 みかん	じゃがいも、米、油	牛乳、牛肉(もも)	たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、エリンギ	牛乳130 洋風ふかしいも
29	火	御飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーの玉ねぎドレッシング 粉ふき芋	牛乳100 バナナ	米、じゃがいも、ゆでうどん、油、ごま油、片栗粉、砂糖	鶏もも肉、豚肉(もも)	ホールトマト缶詰、たまねぎ、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、コーン缶、にんにく、あおのり	ほうじ茶 焼きうどん
30	水	御飯 あじのコーンフライ コールスローサラダ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	米、コーンフレーク、米粉、油、ごま油	あじ、豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、かつお節	キャベツ、だいこん、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、グリーンアスパラガス、ひじき、カットわかめ	ほうじ茶 じゃこねおにぎり

☆2週間のサイクル献立です。
 献立には表記がありませんが調味料・出汁(塩、醤油、みりん、酒、ケチャップ、酢、ベーキングパウダー、かつお昆布出汁、中華だし、洋風だし(乳不使用)等)を使用する日があります。
 給食で使用するマヨネーズは乳・卵不使用の「マヨドレ」を使用しています。

☆材料の仕入れ状況により献立や材料の変更がある場合があります。
 変更の際は掲示している献立表に変更点を記入しますのでご確認お願いします。

☆朝おやつの既製品おやつの内容は玄関に張り出してあります。

☆6/5(土)は親子遠足の為、給食の提供はありません。

☆今月の食育は「アジをさばく」です。
 子どもたちの前でアジをさばき、さばいたアジはお昼ご飯でみんな食べます。





日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ	
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1	火	御飯 マーボー豆腐 切干し大根のサラダ わかめスープ	ほうじ茶 みかん	米、砂糖、片栗粉、ごま、ごま油、油	木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン	にんじん、たまねぎ、ねぎ、りんご濃縮果汁、こまつな、コーン缶、きゅうり、切り干しだいこん、レモン果汁、カットわかめ、しょうが	ほうじ茶 キャロットゼリー	
2	水	御飯 肉じゃが ほうれん草と豆腐のごま和え みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、じゃがいも、しらたき、小麦粉、すりごま、砂糖、油	木綿豆腐、牛肉(肩ロース)、魚肉ソーセージ、調製豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	もも缶(白桃)、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、だいこん、ねぎ、ひじき、カットわかめ、あおのり	ほうじ茶 たご焼き	
3	木	御飯 厚揚げのケチャップ煮 ベイクド里芋 わかめスープ	ほうじ茶 既製品おやつ	米、さといも(冷凍)、片栗粉、油、ごま油	生揚げ、豚肉(肩ロース)、かつお節	もも缶(白桃)、たまねぎ、にんじん、コーン缶、チンゲンサイ、ねぎ、カットわかめ	ほうじ茶 焼きおにぎり	
4	金	御飯 鶏のレモン焼き ひじきとさつま芋の煮物 豆乳汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、さつまいも、小麦粉、油、片栗粉、ながいも、砂糖	鶏むね肉、豆乳、豚肉(もも)、かつお節	キャベツ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、さやえんどう、ひじき、レモン果汁、あおのり	ほうじ茶 お好み焼き	
5	土	~親子遠足~						
7	月	ハヤシライス 野菜炒め りんご	ほうじ茶 みかん	じゃがいも、米、油	牛肉(もも)	たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、エリンギ	ほうじ茶 洋風ふかしいも	
8	火	御飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのツナ和え みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、砂糖、米粉、油、片栗粉	木綿豆腐、鶏ひき肉、豆乳、凍り豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	だいこん、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、にんじん、れんこん、ひじき、カットわかめ	ほうじ茶 凍り豆腐のきな粉トースト	
9	水	御飯 いわしのかば焼き ほうれん草の磯和え すまし汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、片栗粉、砂糖、油	いわし、さけ	ほうれんそう、もやし、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ、焼きのり、しょうが	ほうじ茶 鮭ひじきおにぎり	
10	木	御飯 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、はるさめ、砂糖、ごま油	豚肉(肩ロース)、鶏ささ身、米みそ(淡色辛みそ)	もも缶(白桃)、もやし、そらまめ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、きゅうり、カットわかめ、しょうが	ほうじ茶 塩ゆでそら豆クラッカー	
11	金	御飯 さわらの野菜レモン蒸し 凍り豆腐とにんじんの煮物 すまし汁	ほうじ茶 バナナ	米、もち米、砂糖	さわら、油揚げ、凍り豆腐、きな粉	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、えのきたけ、コーン缶、レモン果汁、カットわかめ	ほうじ茶 きな粉おはぎ	
12	土	カレー風味のトマトライス 野菜スープ バナナ	ほうじ茶 既製品おやつ	米、油、米粉	豚肉(肩ロース)	たまねぎ、バナナ、ホールトマト缶詰、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、にんにく、しょうが	ほうじ茶 既製品おやつ	
14	月	御飯 鮭のポテトクリーム焼き 小松菜とコーンのソテー 野菜スープ	ほうじ茶 既製品おやつ	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖	さけ、ツナ水煮缶	りんご、クリームコーン缶、こまつな、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、にんじん、しめじ、バナナ	ほうじ茶 バナナスコーン	
15	火	御飯 あじの塩焼き ほうれん草のナムル みそ汁	ほうじ茶 せんべい	米、ごま油	あじ、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節	ほうれんそう、もやし、たまねぎ、だいこん、にんじん、コーン缶、カットわかめ、焼きのり	ほうじ茶 焼きおにぎり	
16	水	御飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーの玉ねぎドレッシング 粉ふき芋	ほうじ茶 バナナ	米、じゃがいも、ゆでうどん、油、ごま油、片栗粉、砂糖	鶏もも肉、豚肉(もも)	ホールトマト缶詰、たまねぎ、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、コーン缶、にんにく、あおのり	ほうじ茶 焼きうどん	
17	木	御飯 肉じゃが ほうれん草と豆腐のごま和え みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、じゃがいも、しらたき、小麦粉、すりごま、砂糖、油	木綿豆腐、牛肉(肩ロース)、魚肉ソーセージ、調製豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ	もも缶(白桃)、ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、だいこん、ねぎ、ひじき、カットわかめ、あおのり	ほうじ茶 たご焼き	
18	金	御飯 マーボー豆腐 切干し大根のサラダ わかめスープ	ほうじ茶 みかん	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、ごま油、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、ねぎ、こまつな、にんじん、コーン缶、きゅうり、切り干しだいこん、カットわかめ、しょうが	ほうじ茶 お誕生日ケーキ	

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19	土	御飯 豚井の具 はるさめスープ バナナ	ほうじ茶 既製品おやつ	米、はるさめ、油、ごま	豚肉(肩ロース)	バナナ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが	ほうじ茶 既製品おやつ
21	月	御飯 鮭のポテトクリーム焼き 小松菜とコーンのソテー 野菜スープ	ほうじ茶 既製品おやつ	米、じゃがいも、小麦粉、油、砂糖	さけ、ツナ水煮缶	りんご、クリームコーン缶、こまつな、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、にんじん、しめじ、バナナ	バナナスコーン 牛乳130
22	火	御飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのツナ和え みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、砂糖、米粉、油、片栗粉	木綿豆腐、鶏ひき肉、豆乳、凍り豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、きな粉	だいこん、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、にんじん、れんこん、ひじき、カットわかめ	ほうじ茶 凍り豆腐のきな粉トースト
23	水	御飯 いわしのかば焼き ほうれん草の磯和え すまし汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、片栗粉、砂糖、油	いわし、さけ	ほうれんそう、もやし、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、コーン缶、切り干しだいこん、ひじき、カットわかめ、焼きのり、しょうが	ほうじ茶 鮭ひじきおにぎり
24	木	御飯 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、はるさめ、砂糖、ごま油	豚肉(肩ロース)、鶏ささ身、米みそ(淡色辛みそ)	もも缶(白桃)、もやし、そらまめ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、きゅうり、カットわかめ、しょうが	ほうじ茶 塩ゆでそら豆クラッカー
25	金	御飯 さわらの野菜レモン蒸し 凍り豆腐とにんじんの煮物 すまし汁	ほうじ茶 バナナ	米、もち米、砂糖	さわら、油揚げ、凍り豆腐、きな粉	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、えのきたけ、コーン缶、レモン果汁、カットわかめ	ほうじ茶 きな粉おはぎ
26	土	カレー風味のトマトライス 野菜スープ バナナ	ほうじ茶 既製品おやつ	米、油、米粉	豚肉(肩ロース)	たまねぎ、バナナ、ホールトマト缶詰、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、にんにく、しょうが	ほうじ茶 既製品おやつ
28	月	ハヤシライス 野菜炒め りんご	ほうじ茶 みかん	じゃがいも、米、油	牛肉(もも)	たまねぎ、りんご、こまつな、にんじん、キャベツ、マッシュルーム、エリンギ	ほうじ茶 洋風ふかしいも
29	火	御飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーの玉ねぎドレッシング 粉ふき芋	ほうじ茶 バナナ	米、じゃがいも、ゆでうどん、油、ごま油、片栗粉、砂糖	鶏もも肉、豚肉(もも)	ホールトマト缶詰、たまねぎ、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、コーン缶、にんにく、あおのり	ほうじ茶 焼きうどん
30	水	御飯 あじのコーンフライ コールスローサラダ みそ汁	ほうじ茶 既製品おやつ	米、コーンフレーク、米粉、油、ごま油	あじ、豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、しらす干し、かつお節	キャベツ、だいこん、かぼちゃ、にんじん、ねぎ、グリーンアスパラガス、ひじき、カットわかめ	ほうじ茶 じゃこねおにぎり

☆2週間のサイクル献立です。
 献立には表記がありませんが調味料・出汁(塩、醤油、みりん、酒、ケチャップ、酢、ベーキングパウダー、かつお昆布出汁、中華だし、洋風だし(乳不使用)等)を使用する日があります。
 給食で使用するマヨネーズは乳・卵不使用の「マヨドレ」を使用しています。

☆材料の仕入れ状況により献立や材料の変更がある場合があります。
 変更の際は掲示している献立表に変更点を記入しますのでご確認をお願いします。

☆朝おやつの既製品おやつの内容は玄関に張り出してあります。

☆6/5(土)は親子遠足の為、給食の提供はありません。

☆今月の食育は「アジをさばく」です。
 子どもたちの前でアジをさばき、さばいたアジはお昼ご飯でみんな食べます。

