

2025年度6月 献立予定表



ニチキッズこくふ

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
2 16 30 (月)	ご飯 トマトのおみそ汁 タンダーチキン はるさめサラダ オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、キャベツ、トマト、コーン（冷凍）、みそ／鶏もも肉、おろししょうが、ノンエッグマヨネーズ、ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、片栗粉／はるさめ、きゅうり、にんじん、もやし、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ／オレンジ／牛乳／油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま	牛乳 おせんべい 牛乳 ちんすこう	435 kcal 17.7 g 14.6 g
3 17 (火)	ご飯 豆腐のすまし汁 さばの味噌煮 塩きんぴら バナナ	牛乳／ビスケット／米／かつお・昆布だし汁、木綿豆腐、さやえんどう、ねぎ、しょうゆ、食塩／たまねぎ、おろししょうが、さば、砂糖、みりん、みそ／油、切り干しだいこん、にんじん、こまつな、食塩、水、ごま油、ごま／バナナ／牛乳／油、豚肉（もも）、たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ、ピーマン、しょうゆ、食塩	牛乳 ビスケット 牛乳 五目ピーマン	466 kcal 20.7 g 16.7 g
4 18 (水)	ご飯 さつまいものおみそ汁 甘酢あんつくね オクラの土佐和え バナナ	牛乳／カルテツウエハース／米／かつおだし汁、さつまいも、もやし、みそ／豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、ケチャップ、鶏がらスープの素、砂糖、しょうゆ、酢、片栗粉、水／オクラ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、かつお節、しょうゆ／バナナ／牛乳／にんじん、とろけるチーズ、ノンエッグマヨネーズ、小麦粉、食塩、油	牛乳 ウエハース 牛乳 カリカリガレット	422 kcal 15.5 g 14.1 g
5 19 (木)	五目炒飯 じゃがいものおみそ汁 ちんげん菜のおかか和え オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米、ごま油、ねぎ、にんじん、しめじ、豚ひき肉、しょうゆ、食塩／かつおだし汁、じゃがいも、たまねぎ、みそ（甘みそ）／チンゲンサイ、コーン（冷凍）、かつお節、しょうゆ、砂糖／オレンジ／牛乳／米粉、砂糖、ベーキングパウダー、牛乳、油、とろけるチーズ、ウインナー、	牛乳 おせんべい 牛乳 チーズ蒸しパン	425 kcal 15.8 g 15.7 g
6 20 (金)	ご飯 キャベツのおみそ汁 かれの中華漬け焼き ひじきのサラダ オレンジ	牛乳／クラッカー／米／かつおだし汁、キャベツ、たまねぎ、みそ／かれい、ねぎ、ごま、おろししょうが、ごま油、砂糖、しょうゆ、みりん／ひじき、水、砂糖、しょうゆ、にんじん、きゅうり、鶏ささ身、コーン（冷凍）、ノンエッグマヨネーズ／オレンジ／牛乳／米、こんぶ（だし用）、無塩バター、しらす干し、たまねぎ、にんじん、食塩、カレー粉、しょうゆ、パセリ粉	牛乳 クラッカー 牛乳 じゃこピラフ	439 kcal 21.2 g 10.1 g
7 21 (土)	ご飯 こまつなのおみそ汁 鶏肉のさっぱり煮 かぼちゃサラダ バナナ	牛乳／ビスケット／米／かつおだし汁、こまつな、もやし、油揚げ、みそ／油、鶏むね肉、食塩、米粉、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、酢、みりん／かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、いんげん、砂糖、食塩／バナナ／牛乳／食パン、とろけるチーズ、グラニュー糖	牛乳 ビスケット 牛乳 やみつきトースト	474 kcal 22.7 g 12.7 g
9 23 (月)	ご飯 オニオンスープ さけのスイートポテト焼き ごまみそブロッコリー オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米／油、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、パセリ粉／さけ、さつまいも、食塩、ノンエッグマヨネーズ、かつお・昆布だし汁／ブロッコリー、にんじん、グリーンアスパラガス、コーン（冷凍）、水、みそ、砂糖、みりん、ごま／オレンジ／牛乳／ゆでうどん、油、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、ウスターソース、食塩	牛乳 おせんべい 牛乳 ナポリうどん	425 kcal 20.7 g 11.8 g
10 24 (火)	ご飯 オクラのすまし汁 豚肉のみそ焼き キャベツのすりごま和え オレンジ	牛乳／ビスケット／米／かつお・昆布だし汁、オクラ、じゃがいも、たまねぎ、食塩、しょうゆ／豚肉（もも）、砂糖、みりん、みそ／キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、すりごま、砂糖、しょうゆ／オレンジ／牛乳／米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油、クリームコーン缶、コーン（冷凍）	牛乳 ビスケット 牛乳 コーンクリーム蒸しパン	431 kcal 18.1 g 13.3 g
11 25 (水)	ご飯 なすのおみそ汁 さわらの塩焼き 卵の花 バナナ	牛乳／カルテツウエハース／米／かつおだし汁、なす、切り干しだいこん、みそ／さわら、食塩／かつおだし汁、さつまいも、ごぼう、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、おから、いんげん／バナナ／牛乳／オレンジ濃縮果汁、砂糖、かんてん（粉）／ソフトせんべい塩味	牛乳 ウエハース 牛乳 オレンジ寒天・おせんべい	442 kcal 17.5 g 13.4 g
12 26 (木)	チキンピラフ かぼちゃのおみそ汁 ブロッコリーのマヨ和え バナナ	牛乳／お子様せんべい／米、こんぶ（だし用）、油、鶏もも肉、たまねぎ、ピーマン、コーン（冷凍）、食塩、ケチャップ、砂糖／かつおだし汁、かぼちゃ、カットわかめ、みそ／ブロッコリー、にんじん、食塩、ノンエッグマヨネーズ／バナナ／牛乳／さつまいも、砂糖、牛乳	牛乳 おせんべい 牛乳 さつまいもの茶巾	442 kcal 16.3 g 9.6 g
13 27 (金)	塩あんかけ野菜丼 だいこんのおみそ汁 にんじんのオープン焼き オレンジ	牛乳／クラッカー／米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、豚肉（もも）、赤ピーマン、こまつな、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水／かつおだし汁、だいこん、ねぎ、カットわかめ、みそ／にんじん、砂糖、食塩／オレンジ／牛乳／米、塩こんぶ	牛乳 クラッカー 牛乳 昆布おにぎり	430 kcal 17.5 g 11.2 g
14 28 (土)	ご飯 パンキンスープ かれのトマトソースかけ ブロッコリーのソテー バナナ	牛乳／カルテツウエハース／米／油、たまねぎ、かつおだし汁、かぼちゃ、豆乳、食塩／かれい、片栗粉、油、油、おろしにんにく、たまねぎ、トマト、砂糖、ケチャップ、食塩／油、ブロッコリー、にんじん、いんげん、食塩、しょうゆ／バナナ／牛乳／りんご濃縮果汁、砂糖、かんてん（粉）／ソフトせんべい塩味	牛乳 ウエハース 牛乳 りんごゼリー・おせんべい	440 kcal 18.5 g 11.9 g
◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。 ◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。 献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。				6月平均栄養量
				439 kcal 18.5 g 13.0 g

