

2023年度6月 幼児食献立予定表



ニチキッズ下長尾保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 15 29 (土)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 高野豆腐のオランダ煮 ホクホクそらまめ バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、みそ/凍り豆腐、片栗粉、油、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/そらまめ、じゃがいも、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/バナナ/牛乳/ぶどう濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)、りんご濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)/カルテツウエハース	牛乳 クラッカー	488(433) kcal 14.8(14.2) g 12.2(12.6) g
3 17 (月)	ご飯 豆腐のすまし汁 さばの味噌煮 塩きんぴら グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/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 五目ビーフン	497(445) kcal 22.4(20.6) g 16.8(16.7) g
4 18 (火)	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 カリカリガレット	471(422) kcal 17.0(15.5) g 13.3(14.1) g
5 19 (水)	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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/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 チーズ蒸しパン	480(424) kcal 17.0(15.8) g 16.5(15.7) g
6 20 (木)	ご飯 キャベツのおみそ汁 かれないの中華漬け焼き 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/かれない、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 じゃこピラフ	495(439) kcal 23.0(21.2) g 9.2(10.1) g
7 21 (金)	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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/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 やみつきトースト	512(453) kcal 24.9(22.6) g 12.3(12.6) g
8 (土)	★ファミリーデー★ チキンカレー	牛乳/カルテツウエハース/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、鶏肉、ホールトマト缶詰、かつお・昆布だし汁、りんご、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水	牛乳 ウエハース	502(447) kcal 17.5(15.9) g 11.4(12.6) g
22 (土)	ツナカレー わかめスープ きゅうりの浅漬け バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰、かつお・昆布だし汁、りんご、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水、えだまめ(冷凍)/かつお・昆布だし汁、エリンギ、ねぎ、カットわかめ、しょうゆ、食塩、ごま油/きゅうり、だいこん、食塩/バナナ/牛乳/ぎょうざの皮、じゃがいも、こまつな、しょうゆ、みりん、油	牛乳 ウエハース ポテトスナック	502(447) kcal 17.5(15.9) g 11.4(12.6) g
10 24 (月)	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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/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 コーンクリーム蒸しパン	480(430) kcal 19.3(18.1) g 12.8(13.3) g
11 25 (火)	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 オレンジ寒天・おせんべい	491(442) kcal 18.7(17.5) g 12.0(13.4) g
12 26 (水)	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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/牛乳/さつまいも、砂糖、牛乳	牛乳 おせんべい さつまいもの茶巾	476(421) kcal 17.3(16.3) g 9.0(9.6) g
13 27 (木)	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 昆布おにぎり	482(430) kcal 18.6(17.5) g 10.3(11.2) g
14 28 (金)	ご飯 パンプキンスープ かれないのトマトソースかけ ブロッコリーのソテー グレープフルーツ	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/かれない、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/グレープフルーツ/牛乳/卵、ヨーグルト(無糖)、砂糖、油、小麦粉、ベーキングパウダー、バイン缶	牛乳 ウエハース パイナップルケーキ	506(453) kcal 22.1(20.2) g 13.0(14.0) 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、喫食確認を行っていません。

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	
491(436) kcal	
19.6(18.2) g	
12.6(12.9) g	