

2024年度 6月 乳幼児食予定献立表

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

日	曜日	献立		材料			栄養価	
		昼食	おやつ	力・熱になるもの	血・肉になるもの	身体の調子を整えるもの	1食分 (kcal)	たんぱく質 (g)
1	土	マーボー豆腐丼 ブロッコリーとツナのサラダ スープ	豆乳 キャロットロール	胚芽米 なたね油 きび糖 片栗粉 キャロットロール	豆乳 豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 かつお節 (出汁用)	ねぎ 人参 いら 生姜 もやし チンゲン菜 南瓜 かぶ ブロッコリー	518	22.4
3 花の日 17	月	3:花型パン スープ 17:丸パン(幼) 丸パン(乳) グリルチキンのクリームソースがけ ブロッコリーとコーンのサラダ	牛乳 じゃが芋もち メロン	ロールパン 17:幼児丸パン 米粉 片栗粉 小麦粉 オリーブオイル なたね油 きび糖 じゃが芋	牛乳 鶏肉 スキムミルク かつお節 (出汁用)	コーン缶 にんにく 玉葱 しめじ パセリ ブロッコリー 大根 小松菜 メロン 人参	548	27.7
4 . 18	火	ごはん チンジャオロース きゅうりとおかひじきの中華和え ★わかめ中華コーンスープ	牛乳 ★かえるクッキー すいか	胚芽米 片栗粉 きび糖 なたね油 片栗粉 ごま油 春雨 上白糖 バター 小麦粉	牛乳 豚肉 ココア	コーン缶 わかめ たけのこ 人参 ピーマン きゅうり おかひじき ねぎ えのき すいか 抹茶 コーンクリーム缶	560	18.7
5 . 19	水	ごはん あじフライ 小松菜とおくらのおひたし ★味噌汁	牛乳 メロンパン風 トースト	胚芽米 小麦粉 パン粉 なたね油 食パン 上白糖 バター	牛乳 あじ 煮干 (出汁用)	小松菜 きゃべつ 人参 おくら 白菜 なす なめこ	530	21.5
6 . 20	木	ジャージャーうどん ジャーマンパンキン スープ	牛乳 鮭の巻き寿司 バナナ	うどん なたね油 きび糖 片栗粉 胚芽米	牛乳 豚ひき肉 大豆ミート 鮭 ロースハム かつお節 (出汁用)	のり 玉葱 人参 きゅうり もやし トマト 南瓜 きゃべつ バナナ ほうれん草	547	27.1
7 . 21	金	★カレーライス わかめサラダ	豆乳 7:★フルーツヨーグルト 21:あじさいゼリー	胚芽米 押麦 蜂蜜 カレー粉 なたね油 ごま油 じゃが芋 バター きび糖 小麦粉 7:粉糖 21:上白糖	豆乳 牛乳 鶏がらスープ 大豆ミート 豚肉 ヨーグルト 21:ゼラチン 生クリーム クリームチーズ	にんにく 生姜 玉葱 セロリ 人参 りんご きゃべつ きゅうり もやし 7:パイン缶 メロン スイカ 21:りんご ぶどう 寒天	551	561
8 . 22	土	鶏肉とブロッコリーのスパゲティ さつま芋フレンチ スープ	豆乳 星っこ ひこうきビスケット	スパゲティ オリーブオイル さつま芋 なたね油 せんべい ビスケット	豆乳 鶏肉 かつお節 (出汁用)	ブロッコリー きゃべつ しめじ 玉葱 にんにく 人参 きゅうり 大根 小松菜	541	18.6
10 . 24	月	鶏照りそばろ丼 かみかみサラダ 味噌汁	牛乳 味噌蒸しパン すいか	胚芽米 きび糖 なたね油 小麦粉	牛乳 豆乳 鶏ひき肉 大豆ミート 鶏肉 ちりめんじゃこ 煮干 (出汁用)	コーン缶 玉葱 生姜 小松菜 切干大根 人参 もやし きゅうり かぶ すいか チンゲン菜	574	24.8
11 . 25	火	かじきバーガー ハワイアンマカロニサラダ 冬瓜スープ	牛乳 すいかおにぎり メロン	パンズパン なたね油 オリーブオイル きび糖 マカロニ 胚芽米 ノエッグマヨネーズ	牛乳 めかじき 鶏ひき肉 鶏がらスープ かつお節 (出汁用)	のり 青のり 人参 なす にんにく トマト 生姜 ズッキーニ きゃべつ きゅうり ねぎ 冬瓜 パイン缶 レーズン 小松菜	534	22.4
12 . 26	水	ごはん 初夏のかんも揚げ きゃべつの梅肉おかつ和え 味噌汁	牛乳 ココアバナナの ホットサンド	胚芽米 片栗粉 なたね油 米粉 蜂蜜 きび糖 ココア さつま芋 グラニュー糖 食パン バター	牛乳 豆腐 豚ひき肉 鶏肉 かつお節 煮干 (出汁用)	コーン缶 もずく 人参 玉葱 いんげん きゃべつ きゅうり 梅 こねぎ しめじ バナナ	590	22.1
13 . 27	木	ごはん さわらのねぎ味噌焼き ほうれん草とズッキーニのソテー スープ	牛乳 インドサモサ バナナ	胚芽米 きび糖 なたね油 餃子の皮 じゃが芋	牛乳 さわら ロースハム さば缶 かつお節 (出汁用)	ねぎ 生姜 ほうれん草 モロヘイヤ 人参 ズッキーニ 赤パプリカ 白菜 いら 玉葱 バナナ カレー粉	504	23.3
14 子ども まつり	金	焼きそば 鶏のハニー立田焼き フライドポテト ブロッコリー和え	牛乳 焼きとうもろこし たご焼き風 メロン	蒸し中華麺 なたね油 蜂蜜 米粉 片栗粉 じゃが芋 きび糖 小麦粉 とうもろこし ノエッグマヨネーズ	牛乳 豚肉 鶏肉 ちくわ かつお節	塩麴 青のり 玉葱 人参 もやし きゃべつ ピーマン 生姜 にんにく ブロッコリー こねぎ メロン	530	26.5
15 . 29	土	焼肉丼 大根とコーンのサラダ スープ	豆乳 キャロットロール	胚芽米 なたね油 きび糖 じゃが芋 キャロットロール	豆乳 豚肉 かつお節 (出汁用)	コーン缶 玉葱 生姜 にんにく きゃべつ 人参 ピーマン 大根 きゅうり こねぎ	519	20.7
28	金	ごはん レタスしゅうまい 中華サラダ スープ	牛乳 スポンジクレープ巻き メロン	胚芽米 春雨 パン粉 なたね油 片栗粉 バター きび糖 ごま油 小麦粉	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 いわし 油揚げ かつお節 (出汁用)	玉葱 生姜 レタス きゃべつ きゅうり 人参 もやし ブロッコリー なす おくら メロン いちごジャム	584	20.5

※土曜日のおやつキャロットロールパン及びお菓子には、卵・乳は含まれません。

※乳児は午前(9時頃)に午前おやつとして調整豆乳がつかます。

※土曜日のおやつキャロットロールパンには、卵・乳は含まれません。

※0、1歳児クラスは果物が昼食につきます。

【食物アレルギー特定原材料28品目】

えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生

あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、
ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも
くるみ、りんご、ゼラチン、アーモンド

※食物アレルギー特定原材料28品目とは:

食品衛生法により加工食品のアレルギー表示として
定められているものです。

1段目の7品目は患者数の多さや症状の重さから表示が
義務づけられています。

2段目以降の20品目は7品目と同様に表示をするように
勧められています。

以上のことも参考に食材の確認をお願いします。



★はゆきぐみ誕生児のリクエストメニューです。

6月は、梅雨の季節ですね。梅雨を楽しめる、かえるクッキーやあじさいゼリーなど入れてみました。カタツムリの渦巻き
をイメージしたの巻きもあります。初夏の旬の食材をたくさん使用しています!

3:花の日をお祝いして、パン屋さんがお花の形のパンを作ってくれます。

4・18:抹茶味のクッキーでかえる型を手作りで作ります。

5・20:食パンにバターたっぷりの生地を塗ってトーストします。メロンは入っていません。

6・20:鮭のまぜ寿司を海苔にのせて、裏巻きします。

10・24:鶏の照り焼き、そばろ、小松菜とコーン和えの3種丼です。

11・25:ケチャップライスをすいかの身の部分あおりのごはんを皮に海苔で種をつけて三角のすいかおにぎりにします。

14:こどもまつり用におひるもおやつもおまつりの屋台メニューになっています。たご焼き→たこの代わりにちくわが入ります。

21:あじさいゼリーは下にクリームチーズプリン、上りにんごとぶどうのクラッシュゼリーをトッピングしてあじさいを表現します。

