

倉治こども園 きゅうしょくだより （令和7年6月）

日			10時間食	3 時 間 食
	メニュー	主 な 食 材	乳児のみ	
2月	御飯	米	牛乳 ぱりんこ	お茶 ★コーンフレーク シスコーン 牛乳
	タラの磯辺揚げ 小松菜の煮浸し すまし汁	タラ 塩 小麦粉 BP 油 青のり 小松菜 人参 コーン きざみあげ だしかつお 砂糖 醤油 切り麩 玉葱 だし汁 醤油		
3火	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★クラッカー ルヴァン
	豚肉の生姜炒め キャベツのポン酢和え 味噌汁	豚肉 玉葱 人参 サラダ油 土生姜 砂糖 醤油 みりん キャベツ 人参 ポン酢 砂糖 白胡麻 きざみあげ 大根 だし汁 味噌		
4水	御飯	米	牛乳 かつぱ えびせん	牛乳 ★お誕生日ゼリー オレンジゼリー ミカン缶 パイン缶
	鶏肉の唐揚げ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	鶏肉 塩 胡椒 土生姜 醤油 料理酒 小麦粉 片栗粉 油 ほうれん草 もやし 人参 白胡麻 砂糖 醤油 豆腐 ワカメ だし汁 味噌		
5木	御飯	米	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★ちんすこう 小麦粉 砂糖 塩 サラダ油
	高野豆腐とそぼろの炒り煮 チンゲンサイのお浸し すまし汁	高野豆腐 鶏ミンチ 人参 GP 土生姜 だし汁 砂糖 醤油 料理酒 チンゲンサイ 人参 醤油 だし汁 砂糖 白菜 切り麩 だし汁 醤油		
6金	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★お好み焼き 小麦粉 卵 豚肉 キャベツ 長芋 サラダ油 トンカツソース 青のり
	回鍋肉 シュウマイ ワカメスープ	豚肉 キャベツ 人参 サラダ油 赤だし味噌 味噌 砂糖 塩 醤油 料理酒 シュウマイ ポン酢 ワカメ 玉葱 中華スープペースト 醤油		
7土	きつねうどん	うどん きざみあげ 鶏肉 砂糖 玉葱 人参 ネギ 醤油 みりん ミカン缶		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
	フルーツ			
9月	御飯	米	牛乳 ぱりんこ	お茶 ★カルピスゼリー 粉寒天 カルピス 砂糖
	白身魚の照り焼き 小松菜の胡麻和え すまし汁	タラ 料理酒 醤油 砂糖 みりん 小松菜 人参 白胡麻 砂糖 醤油 切り麩 大根 だし汁 醤油		
10火	麻婆丼	米 合ミンチ 人参 玉葱 豆腐 サラダ油 醤油 味噌 赤だし味噌 砂糖 胡麻油 土生姜 片栗粉 ネギ チンゲンサイのナムル チンゲンサイ 人参 白胡麻 塩 胡麻油 玉葱 ワカメ 中華スープペースト 醤油	牛乳 かつぱ えびせん	牛乳 ★カントリーマアム風 小麦粉 マーガリン 砂糖 バニラエッセンス
	ワカメ御飯	米 炊き込みわかめ		
11水	鮭の米粉唐揚げ	サケ 塩 こしょう 土生姜 醤油 料理酒 米粉 片栗粉 油	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
	鶏の照り焼き・星型ポテト ブロッコリーの胡麻和え ウインナーのスープ フルーツポンチ	鶏肉 土生姜 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 星型ポテト 油 ブロッコリー コーン 人参 砂糖 醤油 白胡麻 ウインナー 玉葱 コンソメ 醤油 粉パセリ ミカン缶 パイン缶 パナナ アップルジュース		
12木	御飯	米	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 ★イチゴ蒸しパン ホットケーキミックス スキムミルク 牛乳 砂糖 いちごジャム サラダ油
	揚げ餃子・ブロッコリー 春雨の中華和え 中華スープ	ギョーザ 油 ポン酢 ブロッコリー 春雨 胡瓜 人参 醤油 砂糖 胡麻油 ワカメ もやし 中華スープペースト 醤油		
13金	ゆかり御飯	米 ゆかり	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★ココアクッキー 小麦粉 マーガリン 砂糖 ココア
	ひじき入り卵焼き スパゲティサラダ 味噌汁	卵 鶏ミンチ 人参 玉葱 ひじき 砂糖 醤油 サラダ油 スパゲティ MV 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ 白菜 きざみあげ だし汁 味噌		
14土	味噌ラーメン	中華そば玉 鶏ミンチ 人参 玉葱 コーン ネギ 胡椒 みりん 味噌 中華スープペースト サラダ油		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
	フルーツ	パイン缶		

日			10時間食	3 時 間 食
	メニュー	主 な 食 材	乳児のみ	
16月	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★にゅうめん そうめん 人参 ネギ きざみあげ だし汁 醤油 みりん
	アジフライ キャベツのポン酢和え 味噌汁	アジ 料理酒 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース キャベツ 人参 ポン酢 砂糖 白胡麻 きざみあげ 大根 だし汁 味噌		
17火	御飯	米	牛乳 かつぱ えびせん	牛乳 ★セサミスコーン ホットケーキミックス 黒胡麻 マーガリン 砂糖 牛乳
	豚肉豆腐 チンゲンサイの和え物 味噌汁	豚肉 豆腐 糸コンニャク 人参 サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 だし汁 チンゲンサイ 人参 砂糖 醤油 玉葱 ワカメ だし汁 味噌		
18	カレーライス	米 豚肉 玉葱 じゃがいも 人参 カレールウ 無塩バター ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 小松菜 人参 焼きちくわ 醤油 砂糖 動物園ゼリー	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 マリー 動物園ゼリー
	小松菜とちくわの和え物 デザート			
19木	御飯	米	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ★きなこバナナ バナナ きな粉 塩 砂糖
	鶏肉の塩だれ炒め もやしとワカメのサラダ すまし汁	鶏肉 料理酒 塩 サラダ油 中華スープペースト 醤油 胡椒 胡麻油 片栗粉 もやし ワカメ 人参 塩 胡麻油 醤油 砂糖 白胡麻 切り麩 白菜 だし汁 醤油		
20金	パン	ロールパン	牛乳 ふわっと えび味	お茶 ★ねぎ味噌おやき 米 ネギ 人参 砂糖 味噌 白胡麻 サラダ油
	ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	お弁当ハンバーグ ケチャップ ウスターソース サラダ油 じゃがいも MV エッグケアマヨネーズ 塩 胡椒 玉葱 人参 コンソメ 醤油		
21土	冷やしうどん	うどん 鶏ミンチ 胡瓜 人参 ネギ だし汁 醤油 みりん ミカン缶		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
	フルーツ			
23月	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★抹茶蒸しパン 抹茶 ホットケーキミックス スキムミルク 砂糖 サラダ油 牛乳
	カレイの西京焼き ひじきとコーンの和え物 すまし汁	カレイ 料理酒 みりん 白味噌 砂糖 ひじき コーン 人参 砂糖 醤油 切り麩 大根 だし汁 醤油		
24火	ガパオライス	米 合ミンチ 人参 ビーマン 塩 サラダ油 白胡麻 砂糖 醤油 みりん 胡麻油 ブロッコリー 人参 コーン ノンオイルフレンチクリーミィ 砂糖 シュルマカロニ 玉葱 コンソメ 醤油	牛乳 かつぱ えびせん	牛乳 ★マカロニあべかわ マカロニ きな粉 砂糖 塩
	ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ			
25	御飯	米	牛乳 ぱりんこ	お茶 ヨーグルト エースコイン
	ミートコロッケ 小松菜ともやしの和え物 味噌汁	ミートコロッケ 油 トンカツソース 小松菜 もやし 人参 醤油 砂糖 豆腐 ワカメ だし汁 味噌		
26木	御飯	米	牛乳 ふわっと えび味	牛乳 ★麩のラスク(ココア) 切り麩 マーガリン グラニュー糖 ココア
	ミートボールの甘辛焼き マカロニサラダ コンソメスープ	ミートボール サラダ油 玉葱 ビーマン 砂糖 醤油 マカロニ 人参 胡瓜 塩 胡椒 エッグケアマヨネーズ 玉葱 人参 コンソメ 醤油		
27金	御飯	米	牛乳 サッポロ ポテト	牛乳 新北海道ミルクパン
	豚肉のオイスターソース炒め キャベツの和え物 すまし汁	豚肉 チンゲンサイ 玉葱 人参 胡麻油 料理酒 オイスターソース 醤油 キャベツ 人参 もやし 砂糖 醤油 えのき ワカメ だし汁 醤油		
28土	五目ラーメン	中華そば玉 豚肉 ワカメ 人参 小松菜 きざみあげ サラダ油 塩 胡椒 醤油 みりん 料理酒 中華スープペースト パイン缶		牛乳 動物園ゼリー ぱりんこ
	フルーツ			
30月	御飯	米	牛乳 かつぱ えびせん	牛乳 食べる煮干し ふわっと
	白身魚フライ・ブロッコリー ひじき煮 味噌汁	白身魚フライ 油 ウスターソース ブロッコリー ひじき きざみあげ GP 人参 サラダ油 砂糖 醤油 料理酒 だし汁 切り麩 白菜 だし汁 味噌		

※ GP → グリンピース MV → ミックスベジタブル BP → ベーキングパウダー ★手作りおやつ になります。
※ 国産のお米を使用しております。
※ だし汁は、だし昆布、だしかつおを使用しています。
※ エッグケアマヨネーズは卵不使用のマヨネーズです。

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	塩分(g)
1,2歳児	549	19.3	19.9	280	1.6
3歳以上児	557	19.5	18.4	211	1.8

※この値は一ヶ月の平均値です。