



6がつ 献立表



令和7年5月30日 佐沼明星こども園

		3歳未満児	全園児共通	
日	曜	午前おやつ	お か ず	お や つ
2	月	牛乳 星たべよ	鶏肉と大根のコトコト煮 マロニーサラダ えのきの味噌汁	牛乳 ぼたぼた焼き
3	火	野菜ジュース ぱりんこ	豆腐の四川風 キャベツのゆかり和え じゃが芋の味噌汁	♪フルーツヨーグルト
4	水	ヨーグルト	のり塩唐揚げ かみかみサラダ オニオンスープ	麦茶 そら豆 チーズ
5	木	牛乳 ビスコ	かじきのグラタン風 小松菜の納豆和え 大根の味噌汁	牛乳 クラッカー
6	金	牛乳 バナナ	豆腐エビチリ ポテトサラダ わかめの味噌汁	牛乳 コーンフレーク
7	土	せんべい	具だくさんはっと汁 ハリハリサラダ オレンジ	りんごジュース ドーナツ
9	月	フルーツゼリー	笹かまの磯辺揚げ 春雨の酢の物 玉ねぎの味噌汁	牛乳 バナナ
10	火	スポロン ビスケット	油麩の卵とじ ブロッコリーのサラダ ふのりの味噌汁	牛乳 ♪時計のケーキ
11	水	牛乳 白いふうせん	豚肉と野菜の3色和え かぶとキャベツの浅漬け 高野豆腐の生姜スープ	オレンジジュース ビスケット
12	木	ヨーグルト	鯨の南蛮漬け つるるんチャイナ 塩麩チキンのスープ	麦茶 ♪お好み焼き
13	金	りんごジュース せんべい	<完全給食>にこにこパン 鶏肉のマーマレード風味 グリーンサラダ 春雨スープ	
14	土	せんべい	ポークカレー アスパラのソテー バナナ	スポロン カステラ
16	月	牛乳 星たべよ	豚肉の塩麩焼き ズッキーニの炒め物 白石温麺のすまし汁	牛乳 セサミスティック
17	火	牛乳 ウエハース	<誕生会>ナポリタン グラタンコロッケ サラダ コンソメスープ	ぶどうジュース シフォンケーキ
18	水	野菜ジュース ぱりんこ	鮭のフライタルタルソースがけ オクラのおかか和え なめこの味噌汁	麦茶 水ようかん
19	木	ヨーグルト	鶏肉のさっぱり煮 海藻サラダ 豆腐の味噌汁	トマトジュース 鯛あられ
20	金	牛乳 ビスコ	ツナ玉の甘酢あんかけ 白菜の海苔和え 油揚げの味噌汁	乳酸菌飲料 野菜チップス
21	土	せんべい	ハヤシシチュー グリーンサラダ ヨーグルト	野菜ジュース パウムクーヘン
23	月	牛乳 せんべい	豚しゃぶのトマトソースがけ さつま芋の甘煮 しめじの味噌汁	飲むヨーグルト パイナップル
24	火	フルーツゼリー	かじきの酢豚風 もやしとかにかまの和え物 白玉麩のすまし汁	牛乳
25	水	りんごジュース 白いふうせん	レバーの唐揚げ スプシュカサラダ キャベツの味噌汁	牛乳 どんら焼き
26	木	牛乳 パン	やきとり ほうれん草とひじきのサラダ かぶの味噌汁	麦茶 ♪あじさいゼリー
27	金	ヨーグルト	煮込みハンバーグ サラスパサラダ にらの味噌汁	牛乳 クリームパン
28	土	せんべい	具だくさんけんちん汁 ブロッコリーのおかか和え オレンジ	ぶどうジュース せんべい
30	月	牛乳 星たべよ	チンジャオロース わかめの酢の物 中華味噌スープ	牛乳 ベじたべる

- ☆ <完全給食><誕生会>の日は3歳以上児も主食が出ます。
- ☆ ♪印は手作りおやつです。
- ☆ 発注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。



1ヵ月平均(1人1日当たり)		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩含有量
3	歳未満児	516kcal	20.2g	16.1g	1.8g
3	歳以上児	588kcal	24.3g	19.1g	2.2g