



令和7年



6月のこんだて



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
2	月	チキンカレー きのこ人参の卵炒め コールスローサラダ みそ汁	高野豆腐のホットケーキ オレンジ	若鶏もも 脱脂粉乳 鶏卵 まぐろ油漬 ローズハム みそ 木綿豆腐 普通牛乳 凍り豆腐	じゃがいも 油 砂糖 糸こんにゃく マヨネーズ ごま ホットケーキミックス ソフトマーガリン	にんじん たまねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり コーン わかめ 青ねぎ だいこん ネーブル
3	火	魚のカレーマヨ焼き ほうれん草ともやしのナムル 冷や奴 みそ汁	ごまクッキー りんご	さくら かにかまぼこ 絹ごし豆腐 みそ 木綿豆腐	マヨネーズ 片栗粉 油 砂糖 ごま 薄力粉 ホットケーキミックス ソフトマーガリン	ほうれん草 もやし にんじん たまねぎ わかめ 青ねぎ かぼちゃ りんご
4	水	煮込みハンバーグ コロコロサラダ ゆで卵 みそ汁	チヂミ ヨーグルト	合焼ミンチ 木綿豆腐 鶏卵 魚肉ソーセージ みそ 脱脂粉乳	パン粉 砂糖 油 砂糖 ごま 薄力粉 マヨネーズ ごま お好み焼き粉 糸こんにゃく ごま油	たまねぎ トマトケチャップ きゅうり にんじん わかめ 青ねぎ りょうとうもやし えのきたけ チンゲンサイ
5	木	魚の天ぷら ブロッコリーのごま和え 野菜オムレツ みそ汁	りんごゼリー バナナ	さくら まぐろ油漬 みそ 木綿豆腐 ゼラチン 鶏卵	天ぷら粉 油 砂糖 ごま さつまいも	あおりのブロッコリー にんじん たまねぎ トマトケチャップ わかめ 青ねぎ りんごジュース バナナ
6	金	照りマヨチキン 酢の物 ツナ入り玉子焼き みそ汁	ピザトースト ヨーグルト	鶏むね 大豆水煮 みそ ローズハム 脱脂粉乳 まぐろ油漬 木綿豆腐 プロセスチーズ 鶏卵 ポークウインナー	片栗粉 油 砂糖 マヨネーズ ごま 食パン	きゅうり にんじん わかめ たまねぎ 青ねぎ チンゲンサイ トマトケチャップ 青ピーマン コーン
7	土	お楽しみランチ				
9	月	親子丼 ジャーマンポテト かわちきゅうり みそ汁	ウインナードッグ チーズ	若鶏もも 鶏卵 かまぼこ ベーコン みそ 木綿豆腐 調整豆乳 ポークウインナー プロセスチーズ	砂糖 じゃがいも ごま油 ごま ホットケーキミックス ソフトマーガリン	にんじん たまねぎ 生しいたけ コーン きゅうり わかめ 青ねぎ チンゲンサイ トマトケチャップ
10	火	魚のみそ煮 小松菜とツナの和え物 厚焼き卵 みそ汁	野菜入りホットケーキ ヨーグルト	さくら みそ まぐろ油漬 鶏卵 木綿豆腐 普通牛乳 脱脂粉乳	砂糖 片栗粉 ごま じゃがいも ホットケーキミックス ソフトマーガリン	こまつな にんじん たまねぎ わかめ 青ねぎ かぼちゃ
11	水	鶏のからあげ ツナ玉糸こんにゃく ほうれん草のごま和え みそ汁	大豆のホットケーキ りんご	若鶏もも 鶏卵 まぐろ油漬 かにかまぼこ みそ 木綿豆腐 大豆水煮 普通牛乳	油 片栗粉 糸こんにゃく 砂糖 ごま ホットケーキミックス ソフトマーガリン グラニュー糖	にんじん 青ねぎ ほうれん草 たまねぎ わかめ かぼちゃ りんご えのきたけ チンゲンサイ
12	木	豚肉のしょうが焼き 切り干し大根のごまマヨサラダ かぼちゃの煮つけ みそ汁	ジャムトースト ヨーグルト	ぶたロース みそ かにかまぼこ 木綿豆腐 脱脂粉乳	砂糖 片栗粉 ごま マヨネーズ ごま油 食パン	しょうが 切干しだいこん にんじん きゅうり いちごジャム かぼちゃ たまねぎ わかめ 青ねぎ りょうとうもやし えのきたけ チンゲンサイ
13	金	魚のてりやきごま風味 カニカマときゅうりの和え物 オムレツ みそ汁	オレンジゼリー チーズ	さくら かにかまぼこ 鶏卵 みそ チーズ 木綿豆腐 ゼラチン	ごま 砂糖 ごま油	きゅうり にんじん りょうとうもやし たまねぎ わかめ 青ねぎ はくさい オレンジジュース
16	月	クリームシチュー ハムサラダ ちんげん菜と人参の卵炒め みそ汁	かぼちゃの天ぷら オレンジ	鶏もも 脱脂粉乳 ローズハム 鶏卵 みそ 木綿豆腐	じゃがいも 油 マヨネーズ 砂糖 ごま 天ぷら粉	たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ コーン チンゲンサイ トマトケチャップ わかめ 青ねぎ かぼちゃ ネーブル
17	火	魚のからあげ ブロッコリーのかに玉あえ 粉ふきいも みそ汁	焼きドーナッツ バナナ	さくら かにかまぼこ 鶏卵 脱脂粉乳 まぐろ油漬 みそ 木綿豆腐 調整豆乳	油 片栗粉 じゃがいも ホットケーキミックス 砂糖 ソフトマーガリン	ブロッコリー トマトケチャップ たまねぎ にんじん わかめ 青ねぎ チンゲンサイ バナナ



		昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18	水	肉じゃが そうめんサラダ ウインナー炒め みそ汁	お好み焼き ヨーグルト	豚肉 ロースハム みそ 木綿豆腐 ウインナーソーセージ 脱脂粉乳 魚肉ソーセージ	じゃがいも 糸こんにゃく 砂糖 そうめん マヨネーズ ごま お好み焼き粉	たまねぎ にんじん きゅうり わかめ 青ねぎ りょうとうもやし えのきたけ キャベツ チンゲンサイ
19	木	クリスピーチキン スパサラダ ブロッコリー添え みそ汁	ツナおにぎり オレンジ	鶏むね ロースハム みそ 木綿豆腐 まぐろ油漬	コーンフレーク マヨネーズ スパゲティ 砂糖 ごま	にんじん きゅうり コーン キャベツ ブロッコリー たまねぎ わかめ 青ねぎ なす オレンジ
20	金	魚の煮付け チンゲン菜のオイスター炒め さつまいもの甘煮 みそ汁	フレンチトースト ヨーグルト	さくら ロースハム みそ 木綿豆腐 鶏卵 普通牛乳 乳酸菌飲料 脱脂粉乳	砂糖 片栗粉 油 ごま油 さつまいも 食パン ソフトマーガリン	チンゲンサイ にんじん たまねぎ わかめ 青ねぎ はくさい
21	土	お楽しみランチ				
23	月	麻婆豆腐 シーチキン入りオムレツ きゅうりの浅漬け みそ汁	フライドポテト オレンジ	ぶたひき肉 木綿豆腐 みそ 赤みそ 鶏卵 まぐろ油漬	片栗粉 砂糖 ごま油 油 糸こんにゃく じゃがいも フライドポテト	たまねぎ しょうが にんじん トマトケチャップ きゅうり 塩昆布 わかめ 青ねぎ ネーブル
24	火	魚のオーロラソース和え 高野豆腐の卵とじ かぼちゃの煮つけ みそ汁	大豆のかりんとう ヨーグルト	さくら 凍り豆腐 鶏卵 みそ 木綿豆腐 大豆水煮 普通牛乳 脱脂粉乳	薄力粉 油 マヨネーズ 砂糖 片栗粉 ホットケーキミックス ソフトマーガリン	トマトケチャップ にんじん 青ねぎ かぼちゃ たまねぎ わかめ キャベツ
25	水	すき焼き風煮 チーズオムレツ マセドアンサラダ みそ汁	オレンジカルピスゼリー バナナ	牛肉 鶏卵 プロセスチーズ 魚肉ソーセージ みそ 木綿豆腐 乳酸菌飲料 ゼラチン	糸こんにゃく 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ はくさい ぶなしめじ にんじん トマトケチャップ キャベツ きゅうり わかめ 青ねぎ チンゲンサイ オレンジジュース バナナ
26	木	鶏肉とじゃがいものグリル 人参しりしり 小松菜と厚揚げのごまみそ炒め みそ汁	チーズ入り アメリカンドッグ ヨーグルト	鶏もも まぐろ油漬 鶏卵 生揚げ みそ 木綿豆腐 普通牛乳 脱脂粉乳 ウインナーソーセージ プロセスチーズ	中ざら糖 じゃがいも 糸こんにゃく ごま油 砂糖 ごま油 ホットケーキミックス	にんじん こまつな たまねぎ わかめ 青ねぎ りょうとうもやし えのきたけ
27	金	魚のごまマヨネーズ焼き 豆腐チャンプルー チンゲン菜のあえもの みそ汁	エッグトースト オレンジ	さくら みそ ぶたばら 木綿豆腐 鶏卵 かにかまぼこ ベーコン	ごま 砂糖 マヨネーズ 片栗粉 油 ごま油 食パン	にんじん 青ねぎ もやし チンゲンサイ たまねぎ わかめ なす ネーブル
28	土	お楽しみランチ				
30	月	ネバネバ丼 ナポリタン ツナサラダ みそ汁	さつまいもの天ぷら オレンジ	納豆 納豆 鶏卵 ウインナーソーセージ まぐろ油漬 みそ 木綿豆腐	砂糖 スパゲティ 油 マヨネーズ ごま さつまいも 天ぷら粉	わかめ たまねぎ 青ピーマン トマトケチャップ にんじん キャベツ きゅうり コーン 青ねぎ ネーブル
食中毒に注意！ 細菌の活動しやすい気温と湿度がそろっているため、6月～10月にかけて注意が必要です。 園でも細心の注意をはらって給食を提供しています。ご家庭でも、手洗い、しっかり加熱、すみやかに食べるよう心がけまし						



認定こども園どんぐりの家 保育園ゆりかごの家

