6月 給食献立表

令和7年　　献立表にある食材で食べていないものは、おうちでお試しいただくようお願いいたします。　　福生保育園

日	曜	昼　食	3時	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	ドライカレー かぶのスープ アスパラサラダ ぶどう	牛乳 おからケーキ	豚ひき肉・だいず・まぐろ缶詰 普通牛乳・おから・鶏卵	米・なたね油・三温糖・有塩バター 薄力粉	たまねぎ・にんじん・グリンピース ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・トマト缶詰・パセリ・しょうが かぶ・ぶなしめじ・こねぎ・キャベツ きゅうり・アスパラガス・黄ピーマン・ぶどう
3	火	ごはん すまし汁（大根） かじきのにんにく風味焼き ほうれん草と豚肉の和え物 バナナ	麦茶 おかかチーズおにぎり	かつお削り節・めかじき 豚かたロース・プロセスチーズ	米・焼き麩・三温糖・ごま油 かたくり粉・ごま	大根・切りみつば・ま昆布・にんにく ほうれんそう・りょくとうもやし・にんじん えのきたけ・しょうが・バナナ
4	水	ごはん　　みそ汁(なめこ) 鶏肉のてりやき きゃべつの塩炒め 甘夏	牛乳 豆乳坦々麺	木綿豆腐・淡色辛みそ・煮干し 鶏もも・普通牛乳・豚ひき肉 調製豆乳	米・ごま・なたね油・ごま油・中華めん	なめこ・根深ねぎ・しょうが・ブロッコリー たまねぎ・ぶなしめじ・キャベツ ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・つるにんじん バレンシアオレンジ・こまつな
5	木	ごはん　　鶏ごぼう汁 鮭の西京焼き 小松菜の煮びたし メロン	牛乳 セサミラスク	鶏もも・木綿豆腐・かつお削り節 しろさけ・淡色辛みそ・油揚げ 普通牛乳	米・なたね油・三温糖・食パン 有塩バター・ごま	ごぼう・根深ねぎ・ま昆布・こまつな ブラックマッペもやし・にんじん・メロン
6	金	ふっさまつり 焼きそば　　野菜スープ フライドポテト ブロッコリーのおかかあえ たこさんウインナー ゼリー	牛乳 鶏ごぼうおにぎり	豚もも・かつお削り節・ウインナー 普通牛乳・鶏ひき肉	蒸し中華めん・ごま油・じゃがいも なたね油・上白糖・米・三温糖 ゼリー	にんじん・たまねぎ・キャベツ ブラックマッペもやし・青ピーマン あおのり・かぶ　葉・あさつき・ブロッコリー カリフラワー・バナナ・みかん缶詰 根深ねぎ・ごぼう
7	土	きつねとたぬきうどん さつまいもと豚バラの炒め ヨーグルト	牛乳 ツナそぼろおにぎり	鶏むね・かつお削り節・油揚げ 豚ばら・ヨーグルト・普通牛乳 まぐろ缶詰・プロセスチーズ	うどん・三温糖・薄力粉・なたね油 さつまいも・ごま油・米	にんじん・根深ねぎ・ま昆布・ほうれんそう たまねぎ・キャベツ
9	月	麻婆丼 中華風コーンスープ もやしのナムル バナナ	牛乳 ナポリタン	木綿豆腐・豚ひき肉・甘みそ・鶏卵 普通牛乳・ウインナー パルメザンチーズ	米・ごま油・三温糖・かたくり粉 ﾏｶﾛﾆ･ｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ・無塩バター	たまねぎ・生しいたけ・しょうが・にんじん 根深ねぎ・ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・こねぎ りょくとうもやし・ほうれんそう・きゅうり バナナ・青ピーマン・トマト缶詰
10	火	ごはん すまし汁（もやし） 和風ミートローフ 小松菜とえのきの煮浸し メロン	牛乳 大学芋	かつお削り節・豚ひき肉・鶏ひき肉 鶏卵・淡色辛みそ・油揚げ 普通牛乳	米・パン粉・三温糖・さつまいも なたね油・ごま	えのきたけ・りょくとうもやし・こねぎ・ま昆布 にんじん・たまねぎ・ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰 ほしひじき・こまつな・きゅうり・メロン
11	水	ジャムサンド じゃがいものポタージュ カレイの洋風焼き ハムサラダ　　バナナ	麦茶 レモンケーキ	普通牛乳・クリーム・まこがれい パルメザンチーズ・ロースハム・鶏卵 脱脂粉乳	食パン・いちごジャム・じゃがいも 三温糖・無塩バター・薄力粉 なたね油・マヨネーズ・有塩バター	たまねぎ・赤ピーマン・ｽｲｰﾄｺｰﾝ キャベツ・きゅうり・にんじん・バナナ レモン
12	木	麦ごはん みそ汁（小松菜） 鶏肉のジューシー焼き うの花 オレンジ	牛乳 ふりかけおにぎり	木綿豆腐・煮干し・淡色辛みそ 鶏もも・おから・油揚げ・普通牛乳 かつお削り節	米・押麦・じゃがいも・三温糖 なたね油・ごま	こねぎ・こまつな・にんにく・にんじん 乾しいたけ・根深ねぎ・さやいんげん バレンシアオレンジ・あおのり
13	金	ごはん　　みそ汁(キャベツ) きすのてんぷら オクラの和え物 さつま芋の甘辛 ヨーグルト	麦茶 和風ピザトースト	木綿豆腐・煮干し・淡色辛みそ・きす ロースハム・ヨーグルト プロセスチーズ・しらす干し	米・薄力粉・なたね油・三温糖 さつまいも・ごま・食パン・マヨネーズ	キャベツ・生わかめ・オクラ・にんじん だいずもやし・あさつき
14	土	味噌豚丼 大根スープ 海苔酢和え ヨーグルト	牛乳 ミルクジャムサンド	豚かたロース・淡色辛みそ まぐろ缶詰・ヨーグルト・普通牛乳	米・ごま油・三温糖・食パン かたくり粉・有塩バター	たまねぎ・だいずもやし・しょうが・大根 えのきたけ・こねぎ・キャベツ・にんじん ほうれんそう・きゅうり・焼きのり
16	月	トマトハヤシライス 押し麦スープ コーンサラダ オレンジ	麦茶 フレンチトースト	豚もも・ベーコン・普通牛乳・鶏卵	米・なたね油・押麦・三温糖・食パン 無塩バター	たまねぎ・にんじん・トマト・エリンギ トマト缶詰・みずかけな・ほんしめじ ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・ブロッコリー・きゅうり キャベツ・バレンシアオレンジ
17	火	ごはん すまし汁（玉ねぎ） サバの味噌焼き 肉じゃが メロン	麦茶 そばめし	かつお削り節・まさば・淡色辛みそ 豚かたロース・豚もも・かつお節	米・三温糖・ごま・じゃがいも なたね油・蒸し中華めん・薄力粉	たまねぎ・こねぎ・えのきたけ・ま昆布 しょうが・にんじん・さやいんげん・メロン キャベツ・あおのり

・仕入れの都合などにより献立が変更になることがあります。
　ご了承ください。
・うさぎ組はおやつの牛乳が麦茶になります。

平均給与量	エネルギー	脂質	たんぱく質
幼児	564kcal	17．8g	23．3g
乳児	450kcal	14．1g	18．4g

6月 給食献立表

令和7年　　献立表にある食材で食べていないものは、おうちでお試しいただくようお願いいたします。　　福生保育園

日	曜	昼　食	3時	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	ごはん みそ汁（わかめ） 豚肉のマーマレード焼き 五目ビーフン バナナ	麦茶 さつまいものチーズ　いももち	木綿豆腐・煮干し・淡色辛みそ 豚かたロース・豚もも・普通牛乳 プロセスチーズ	米・マーマレード・調合油・ビーフン なたね油・さつまいも・かたくり粉 有塩バター・メープルシロップ	こまつな・生わかめ・しょうが・にんにく キャベツ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・バナナ
19	木	コーンライス レタスのスープ 鮭のムニエル オーロラソース コールスロー　ヨーグルト	麦茶 ひじきおにぎり	ウインナー・しろさけ・ヨーグルト 豚かたロース・油揚げ	米・なたね油・薄力粉・マヨネーズ 三温糖	ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・にんじん・たまねぎ・レタス キャベツ・きゅうり・ほしひじき
20	金	ごはん どさんこ汁（北海道） 鶏肉のごま焼き マカロニサラダ　バナナ	牛乳 がんづき（岩手県）	豚もも・淡色辛みそ・鶏もも 普通牛乳・鶏卵	米・じゃがいも・ごま油・有塩バター ごま・なたね油・ﾏｶﾛﾆ･ｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ 三温糖・マヨネーズ・薄力粉・黒砂糖	たまねぎ・にんじん・しょうが・にんにく りょくとうもやし・ｽｲｰﾄｺｰﾝ・きゅうり ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・バナナ
21	土	わかめスパゲティ くずし豆腐のスープ ポテトサラダ　ヨーグルト	牛乳 ショートブレッド	木綿豆腐・鶏むね・ウインナー ヨーグルト・普通牛乳	ﾏｶﾛﾆ･ｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ・無塩バター じゃがいも・三温糖・薄力粉 有塩バター	たまねぎ・ぶなしめじ・カットわかめ にんにく・にんじん・こまつな・しょうが きゅうり・ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰
23	月	チンジャオロース丼 ほうれん草のスープ もやしとわかめのナムル オレンジ	牛乳 みそラーメン	豚かたロース・普通牛乳・豚もも 淡色辛みそ	米・なたね油・かたくり粉・三温糖 ごま・ごま油・中華めん・有塩バター	しょうが・青ピーマン・にんじん・たまねぎ たけのこ水煮缶詰・ほうれんそう ねぎ・えのきたけ・生わかめ・オレンジ もやし・きゅうり・きゃべつ・コーン缶
24	火	わかめごはん ニラのスープ 花しゅうまい ひじきの中華和え　バナナ	牛乳 ハッシュドポテト	鶏卵・豚ひき肉・ロースハム 普通牛乳	米・かたくり粉・ごま油 しゅうまいの皮・三温糖・じゃがいも なたね油	わかめ・にら・たまねぎ・生しいたけ しょうが・ほしひじき・りょくとうもやし きゅうり・にんじん・バナナ
25	水	ごはん みそ汁（じゃが芋） あじのかば焼き ブロッコリーの塩炒め ヨーグルト	牛乳 パウンドケーキ	煮干し・淡色辛みそ・まあじ ヨーグルト・普通牛乳・鶏卵	米・じゃがいも・薄力粉・三温糖 なたね油・ごま油・有塩バター	たまねぎ・こねぎ・ブロッコリー・ぶなしめじ にんじん・だいずもやし・ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰
26	木	お祝い給食 キーマライス ミネストローネ バーベキューチキン 蒸し野菜のシーザーサラダ フルーツゼリー	麦茶 バナナ春巻き（乳児ココアなし）	鶏ひき肉・鶏もも・パルメザンチーズ 普通牛乳	米・三温糖・米こうじ・調合油 じゃがいも・オリーブ油・ゼリー 春巻きの皮・薄力粉・かたくり粉	たまねぎ・ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰・キャベツ セロリー・にんじん・にんにく・トマト缶詰 りんご・アスパラガス・ブロッコリー・バナナ
27	金	ごはん すまし汁（まいたけ） 豆腐ハンバーグ さつま芋サラダ　メロン	麦茶 じゃりばん	かつお削り節・豚ひき肉・絹ごし豆腐 クリーム	米・パン粉・さつまいも・なたね油 三温糖・ロールパン・無塩バター グラニュー糖	まいたけ・たまねぎ・糸みつば・ま昆布 ブロッコリー・にんじん・きゅうり・メロン
28	土	あんかけ焼きそば えのきスープ じゃが芋のツナ煮 ヨーグルト	牛乳 五平もち	豚もも・絹ごし豆腐・まぐろ缶詰 ヨーグルト・普通牛乳・淡色辛みそ	蒸し中華めん・かたくり粉・三温糖 ごま油・じゃがいも・なたね油・米 ごま	にんじん・はくさい・たまねぎ・青ピーマン えのきたけ・根深ねぎ・ｽｲｰﾄｺｰﾝ缶詰
30	月	ごはん　みそ汁（油揚げ） カレイの煮付け 長芋とチンゲン菜の炒め物 バナナ	牛乳 ★ひっつみ（岩手県）	油揚げ・煮干し・淡色辛みそ まがれい・普通牛乳・鶏もも かつお削り節	米・じゃがいも・三温糖・ながいも ごま油・薄力粉	たまねぎ・しょうが・チンゲンサイ・にんじん キャベツ・バナナ・大根・ごぼう・こねぎ 生しいたけ・ま昆布

郷土料理

ひっつみ（岩手県）
がんづき（岩手県）

6月のいちおしメニュー　（　マーク）

がんづき
東北地方の郷土料理。名前の由来は生地を月に、上に散らすゴマを渡り鳥のがんの姿にみたてて「がんづき」など…諸説あります。黒砂糖のほんのりした甘味と、しっとりした食感が人気です。