



6月献立表



品川学藝保育園

(後期)

2025年

曜日	日付			午前食	主な材料と体内での働き				午後食	材料
					主にからだをつくるもの	主にからだの働きを整えるもの	主に熱や力のもとになるもの			
月	2	16	30	鶏塩おじや じゃが芋の旨煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・白菜・人参・だし昆布 だし昆布 きゅうり・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 醤油 塩	ツナの青のりがゆ 大根の旨煮 オレンジ	米(国産)・ツナフレーク 人参・あおさのり 大根 だし昆布 オレンジ
火	3	17		煮込みうどん 蒸しさつま芋 白菜の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 白菜・だし昆布	うどん さつま芋 でん粉	醤油 醤油	しらすがゆ きゅうりの旨煮 バナナ	米(国産)・しらす 人参・あおさのり きゅうり だし昆布 バナナ
水	4	18		白身魚の照り煮 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	白糸たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油	きなこパンがゆ 蒸し里芋 オレンジ	食パン・スキムミルク きな粉 里芋 オレンジ
木	5	19		鶏ささみの柔らか煮 きゅうりのつぶし大豆和え パンがゆ スープ	鶏ささみ 大豆	人参・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 白菜・だし昆布	でん粉 でん粉 食パン	醤油 醤油 塩	おかかがゆ 蒸しブロッコリー バナナ	米(国産)・玉ねぎ 人参・かつお節 ブロッコリー バナナ
金	6	20		鶏団子の旨煮 ほうれん草の煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 人参・だし昆布	でん粉・砂糖 でん粉 米(国産)	塩・醤油 醤油	鶏そぼろうどん きゅうりのおかか煮 オレンジ	うどん・鶏ひき肉(ささみ)・玉ねぎ・人参 だし昆布・醤油・でん粉 きゅうり かつお節 オレンジ
土	7	21		鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 かぼちゃのミルク煮 スープ	鶏ひき肉(ささみ) スキムミルク 豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 塩	きなこのおかゆ 蒸しさつま芋 バナナ	米(国産)・きな粉 砂糖 さつま芋 バナナ
月	9	23		さけの治部煮 きゅうりの納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	さけ 納豆 赤みそ・白みそ	だし昆布 きゅうり・だし昆布 大根・だし昆布	でん粉・砂糖 米(国産)	醤油 醤油	青のりのおかゆ 蒸し里芋 オレンジ	米(国産)・あおさのり 人参・塩 里芋 オレンジ
火	10	24		あんかけうどん マッシュポテト 小松菜の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・だし昆布	うどん・砂糖・でん粉 じゃが芋 でん粉	醤油 塩 醤油	味噌おじや キャベツのおかか煮 バナナ	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 キャベツ かつお節 バナナ
水	11	25		豆腐のそぼろ煮 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	ほうれん草・だし昆布 人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麴	醤油	鶏野菜うどん 蒸し里芋 オレンジ	うどん・鶏ひき肉(ささみ)・キャベツ・人参 だし昆布・醤油・でん粉 里芋 オレンジ
木	12	26		さつま芋のそぼろ煮 きゅうりの旨煮 パンがゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参 きゅうり・だし昆布 カリフラワー・だし昆布	さつま芋 食パン	だし・醤油 塩	キャベツのおかゆ 麴と人参のミルク煮 バナナ	米(国産)・あおさのり キャベツ・塩 おつゆ麴・人参 スキムミルク バナナ
金	13	27		豆腐の野菜あんかけ きゅうりのおかか煮 5倍がゆ 味噌汁	豆腐 かつお節 赤みそ・白みそ	人参・ピーマン・だし昆布 きゅうり キャベツ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油	マカロニのスープ煮 マッシュポテト オレンジ	マカロニ・人参・ツナフレーク だし昆布・塩 じゃが芋 塩 オレンジ
土	14	28		しらすの野菜うどん 蒸しかぼちゃ ブロッコリーの煮浸し	しらす	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ ブロッコリー・だし昆布	うどん・でん粉 でん粉	醤油 醤油	味噌おじや じゃが芋の旨煮 スープ	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 じゃが芋・だし昆布 醤油 白菜・だし昆布

★材料の都合により、献立の一部を変更することもあります。ご了承ください。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試しくださいよう、ご協力の程よろしくお願いいたします。