



6月献立表



品川学藝保育園

(中期)

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 7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 7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 7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 7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 7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下さいませよう、ご協力の程よろしくお願いいたします。