



移行食献立表



2024年6月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 土	昼食	そぼろ丼 じゃが芋の和え物 こまつなのおかか和え わかめのすまし汁 フルーツ	米、砂糖、油 じゃがいも、砂糖、	鶏ひき肉、卵 糸かつお	こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ	しょうゆ しょうゆ しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
3 月	昼食	ごはん 鯛のおかか焼き さつまいもの甘煮 白菜のツナ和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも、砂糖 砂糖	たい、糸かつお ツナ缶 木綿豆腐、卵、みそ	はくさい、ほうれん草、にんじん たまねぎ、キャベツ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃ蒸しパン	上新粉、小麦粉、油	牛乳 豆乳、卵	かぼちゃ	ベーキングパウダー
4 火	昼食	ごはん 鮭の西京焼き 小松菜の和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 砂糖	さけ、みそ 木綿豆腐	キャベツ、こまつな、もやし たまねぎ、えのき、みつば オレンジ	酒、みりん しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 上新粉ケーキ	米粉、砂糖、油	牛乳 豆乳		ベーキングパウダー
5 水	昼食	ごはん チャプチェ ポテトサラダ 卵スープ フルーツ	米 はるさめ、砂糖 じゃがいも、油、砂糖	牛肉 卵	チンゲン菜、たまねぎ、にんじん きゅうり、にんじん たまねぎ、えのき、ねぎ グレープフルーツピーロ・1歳児クラスはバナナ	しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ケーキサレ	ホットケーキミックス、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵、豆乳	ブロッコリー、にんじん、コーン、たまねぎ	塩
6 木	昼食	ごはん 塩焼き 大根の煮物 ほうれん草の和え物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	鶏もも肉 みそ	だいこん、にんじん ほうれん草、もやし、にんじん たまねぎ、えのき バナナ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン	砂糖、油、米粉	牛乳		ベーキングパウダー
7 金	昼食	ごはん 鯛の塩焼き かぼちゃの和え物 小松菜の和え物 じゃがいもの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 じゃがいも	たい みそ	かぼちゃ こまつな、キャベツ、にんじん たまねぎ、ねぎ、わかめ オレンジ	塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩
8 土	昼食	牛丼 大根のおかか焼き 小松菜の和え物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米、砂糖 砂糖	牛肉 糸かつお	たまねぎ、しめじ だいこん こまつな、にんじん たまねぎ、えのき、わかめ	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
10 月	昼食	ごはん 鮭のつけ焼き 大根の炒り煮 ほうれん草とキャベツの磯和え ★そうめんとなすの味噌汁 フルーツ	米 油、砂糖 そうめん	さけ みそ	だいこん、にんじん、ねぎ キャベツ、ほうれん草、えのき、のり たまねぎ、なす、ねぎ オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
11 火	昼食	ごはん 鯛の甘辛焼き ブロッコリーと人参の卵焼き 小松菜のツナ和え さつまいもの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 さつまいも	たい 卵 ツナ缶 みそ	ブロッコリー、にんじん キャベツ、こまつな たまねぎ、ねぎ、わかめ グレープフルーツピーロ・1歳児クラスはバナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ビーフン	ビーフン	牛乳	キャベツ、にんじん、ピーマン	しょうゆ、中華だし

12 水	昼食	ごはん 鶏のケチャップ焼き 青のりポテト ブロッコリーの和え物 春雨スープ フルーツ	米 じゃがいも はるさめ	鶏もも肉	あおのり ブロッコリー、もやし、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	ケチャップ 塩 しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★にんじんしりしりトースト	食パン、砂糖	牛乳 卵	にんじん	みりん、しょうゆ
13 木 ラ ン チ デ ー	昼食	ごはん ★あまからチキン ★かぼちゃのバター炒め グリーンサラダ わかめのすまし汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖、油 砂糖、バター 砂糖	鶏もも肉	かぼちゃ ブロッコリー、キャベツ、にんじん たまねぎ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん 塩 しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 フルーツサンド		牛乳	バナナ	
14 金	昼食	ごはん 鮭のピザ焼き風 キャベツのソテー マカロニサラダ かぼちゃとさつまいもの豆乳スープ フルーツ	米 オリーブ油、砂糖 マカロニ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） さつまいも	さけ 豆乳	たまねぎ、ピーマン キャベツ、こまつな、コーン きゅうり、にんじん かぼちゃ、たまねぎ バナナ	ケチャップ しょうゆ 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 麦ロールラスク	油、砂糖、パン	牛乳		
15 土	昼食	中華丼 ブロッコリーのしょうゆ和え フルーツ	米	豚肉	はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン ブロッコリー、にんじん	中華だし しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
17 月	昼食	ごはん 鮭の塩焼き ぎんびらごぼう 小松菜のお浸し 豆苗のすまし汁 フルーツ	米 砂糖、油 砂糖	さけ 牛ひき肉 糸かつお 木綿豆腐	ごぼう、れんこん、にんじん こまつな、にんじん、しめじ たまねぎ、しいたけ、トウモロコシ バナナ	塩 しょうゆ しょうゆ だし汁、塩、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★エッグおにぎり	米、砂糖	牛乳 卵		しょうゆ
18 火 世 界 の 食 卓 ア メ リ カ	昼食	ごはん ★チリコンカン フライドポテト コールスロー ★コーンチャウダー フルーツ	米 砂糖 フライドポテト マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） じゃがいも	豚肉、大豆 豆乳	たまねぎ キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン コーン、たまねぎ、にんじん バナナ	ケチャップ、しょうゆ、コンソメ 塩 コンソメ、パセリ粉
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
19 水	昼食	ごはん 鶏の塩焼き ★ツナの和風パスタ ブロッコリーのおかか和え わかめのすまし汁 フルーツ	米 スパゲティ、オリーブ油	鶏もも肉 ツナ缶 糸かつお 木綿豆腐	たまねぎ、にんじん、のり ブロッコリー、キャベツ たまねぎ、わかめ オレンジ	塩 しょうゆ、だし汁 しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 麩のラスク	バター、麩、グラニュー糖	牛乳		
20 木	昼食	ごはん 鯛の甘辛焼き ツナポテト ほうれん草の和え物 たまごスープ フルーツ	米 砂糖 じゃがいも、砂糖 砂糖	たい ツナ缶 卵	コーン、ピーマン もやし、ほうれん草、にんじん たまねぎ、えのき、わかめ バナナ	しょうゆ しょうゆ しょうゆ 中華だしの素
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン	上新粉、油、砂糖	牛乳		ベーキングパウダー
21 金	昼食	シーチキンカレー かぼちゃのマヨ焼き ブロッコリー卵のサラダ フルーツ	米、じゃがいも マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） マヨドレ	ツナ缶、大豆 卵	たまねぎ、にんじん、グリーンピース かぼちゃ ブロッコリー、コーン、にんじん グレープフルーツビーロ・1歳児クラスはバナナ	カレーの王子様
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳 卵		
22 土	昼食	中華丼 粉ふき芋 ブロッコリーのお浸し フルーツ	米、油 じゃがいも	豚肉	はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ ブロッコリー、もやし	中華だし、しょうゆ、塩 塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

24 月	昼食	ごはん 鯛のきじ焼き さつま芋の甘煮 ★トマトときゅうりの和え物 小松菜の味噌汁 フルーツ	米 さつま芋も、砂糖 砂糖	たい 木綿豆腐、みそ	ねぎ もやし、きゅうり、トマト たまねぎ、こまつな、えのき オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 カルビスケーキ	ホットケーキミックス、油	牛乳 卵、絹豆腐、カルピス		
25 火	昼食	ごはん ハンバーグ ほうれん草のスパゲティ かぼちゃときゅうりの中華和え コンソメスープ フルーツ	米 片栗粉 スパゲティ、油、砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐	たまねぎ、にんじん たまねぎ、ほうれん草、しめじ かぼちゃ、きゅうり だいこん、にんじん、しめじ バナナ	中華だし 中華だし、しょうゆ 中華だし、しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 コーンいももち	ジャがいも、片栗粉、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳	コーン	塩
26 水	昼食	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き ひじきの煮物 白菜のおかか和え 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	鶏もも肉 大豆 糸かつお 木綿豆腐、みそ	ねぎ にんじん、ひじき はくさい、こまつな、にんじん たまねぎ、えのき、わかめ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
27 木	昼食	ごはん 鯛の竜田焼き 春雨とチンゲン菜炒め オーロラサラダ 中華スープ フルーツ	米 はるさめ、砂糖 ジャがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	たい ツナ缶 木綿豆腐、卵	チンゲン菜、たまねぎ きゅうり、にんじん たまねぎ、しいたけ、ねぎ オレンジ	しょうゆ、みりん しょうゆ ケチャップ、塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト		
28 金	昼食	ごはん ★鮭とねぎのさっぱり蒸し ブロッコリーとひじきのソテー キャベツの和えもの きのこのすまし汁 フルーツ	米 砂糖、オリーブ油 砂糖	さけ ツナ缶 木綿豆腐	ねぎ ブロッコリー、コーン、ひじき キャベツ、きゅうり、にんじん たまねぎ、しめじ、えのき、みつば グレープフルーツビー0・1歳児クラスはバナナ	だし汁、しょうゆ、塩 しょうゆ 塩 だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 じゃこおにぎり	米	牛乳 しらす干し		
29 土	昼食	肉みそうどん ほうれん草のツナマヨ和え フルーツ	うどん、砂糖、片栗粉、油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	豚ひき肉、みそ ツナ缶	たまねぎ、にんじん、ねぎ ほうれん草、にんじん	だし汁 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

※献立は変更にある場合があります。★は新メニューです。

