



# 6月の献立表

※午前のおやつ・主食は、3歳未満児のみです。 3歳未満児のカロリー  
 ※午後のおやつは、3歳以上児はミルクです。3歳以上児のカロリー  
 ※材料の都合で献立を、変更する場合があります。



日付	3歳未満児		昼食			午後のおやつ	日付	3歳未満児		昼食			午後のおやつ
	午前おやつ	主食						午前おやつ	主食				
2月	牛乳	ウエハース	チキンレバーの佃煮	春雨サラダ	173 kcal	ハムとチーズのパンケーキ	17	牛乳	豆腐の味噌からめ	すまし汁	224 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	味噌汁		216 kcal		火	クッキー	ツナとキュウリのマヨ和え		279 kcal	せんべい	
3火	牛乳	クッキー	若鶏の照り焼き	マカロニサラダ	256 kcal	ゼリー	18	牛乳	豚丼風	味噌汁	269 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	味噌汁		321 kcal		水	かりんとう	バナナ		390 kcal	クラッカーサンド	
4水	牛乳	かりんとう	ビビンバ	わかめスープ	307 kcal	牛乳・ミルク	19	牛乳	鶏肉から揚げ	フレンチサラダ風	124 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	バナナ		440 kcal	サブレ	木	クラッカー	わかめスープ		155 kcal	ウエハース	
5木	牛乳	バナナ	魚の竜田揚げ	味噌汁	196 kcal	牛乳・ミルク	20	牛乳	肉と野菜の煮物	ふりかけ	194 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	ほうれん草とトマトのツナドレ		250 kcal	ビスケット	金	カステラ	みかんゼリー		242 kcal	サブレ	
6金	牛乳	クラッカー	ささみの甘煮	ポテトサラダ	178 kcal	ぶどう寒天	21	牛乳	クリームシチュー		128 kcal		
		御飯	中華スープ		224 kcal		土	パイ			160 kcal		
7土	牛乳	カステラ	カレー		129 kcal		23	ヨーグルト	豚肉のしょうが焼き	付合せ	185 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯			161 kcal		月	御飯	味噌汁		232 kcal	あられ	
9月	牛乳	パイ	五目炒り卵	ウインナーソテー	159 kcal	牛乳・ミルク	24	牛乳	ブリの煮つけ	スパゲティサラダ	260 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	ふりかけ	バナナ	202 kcal	カステラ	火	ボーロ	味噌汁		325 kcal	パイ	
10火	牛乳	ボーロ	鶏肉のねぎだれ煮	味噌汁	205 kcal	牛乳・ミルク	25	牛乳	チキンライス		231 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	スパゲティケチャップソテー		256 kcal	クッキー	水	あられ	かき卵汁		346 kcal	ビスケット	
11水	牛乳	あられ	味御飯	味噌汁	241 kcal	キャラメルラスク	26	牛乳	魚のフライ	中華サラダ	184 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯	バナナ		358 kcal		木	せんべい	もやしスープ		228 kcal	カステラ	
12木	牛乳	せんべい	おたのしみこんだて			おたのしみおやつ	27	牛乳	ハンバーグ	付合せ	199 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯					金	ビスケット	味噌汁		251 kcal	ボーロ	
13金	牛乳	バナナ	チキンスパゲッティ	卵スープ	170 kcal		28	牛乳	五目味噌汁		85 kcal		
		御飯	ふりかけ		210 kcal	フライドポテト	土	ウエハース			108 kcal		
14土	牛乳	ビスケット	豚汁		126 kcal		30	牛乳	キーマカレー	ゆで卵	232 kcal	牛乳・ミルク	
		御飯			158 kcal		月	あられ	バナナ		290 kcal	クッキー	
16月	牛乳	ウエハース	切り干し大根の煮物	ウインナーソテー	163 kcal	牛乳かん							
		御飯	味噌汁		206 kcal								

手作りおやつ 2日(月) 3日(火) 6日(金) 11日(水) 13日(金) 16日(月) 18日(水)