



令和6年6月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
1	土	おかし 牛乳	そばろ煮 即席漬け オレンジ 牛乳 ごはん	豚挽肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 大根、胡瓜、塩 オレンジ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 546 kcal たんぱく質 17.9 g 脂 質 15.0 g 食塩相当量 1.4 g
3	月	コーンフレーク 牛乳	豚肉の味噌焼き ドイツ風ポテトサラダ キャベツのコンソメスープ ごはん	豚ロース肉、玉葱、プレーンヨーグルト、みそ、生姜、みりん じゃが芋、玉葱、ウインナー、ピーマン、酢、油、塩・胡椒 キャベツ、人参、ベーコン、コンソメ、塩・胡椒、水 米	マカロニあべかわ マカロニ、きな粉、砂糖、塩 牛乳	エネルギー 611 kcal たんぱく質 24.0 g 脂 質 24.5 g 食塩相当量 1.8 g
4	火	せんべい 牛乳	魚のパーベキューソース ひじきサラダ チーズ(鉄分入り) 牛乳 ごはん	魚、塩・胡椒、片栗粉、油、りんご、レモン汁、酒、みりん、醤油、酢、砂糖 ひじき、砂糖、醤油、人参、胡瓜、キャベツ、醤油、酢、油 チーズ(鉄分入り) 牛乳 米	ジャムサンド 食パン、ジャム 紅茶	エネルギー 576 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 17.5 g 食塩相当量 1.6 g
5	水	ビスケット 牛乳	鶏肉の五目炒め さわやか漬け 牛乳 ごはん	鶏もも肉、酒、塩、片栗粉、ごま油、つきこんやく、しめじ、人参、ゆでたけのこ、さやいんげん、ごま油、中華だし、砂糖、醤油、片栗粉、水 大根、胡瓜、人参、塩、レモン汁、砂糖 牛乳 米	バナナ おかし 麦茶	エネルギー 499 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 1.2 g
6	木	ヨーグルト 麦茶	魚のムニエル ブロッコリーサラダ 南瓜のポタージュ パン	魚、塩・胡椒、小麦粉、バター、レモン汁 ブロッコリー、トマト、玉葱、ロースハム、酢、油、塩・胡椒 かぼちゃ(うらごし)、牛乳、生クリーム、コンソメ、塩・胡椒、乾燥パセリ パン	水ようかん こしあん(生)、水、粉寒天 せんべい ほうじ茶	エネルギー 472 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.8 g
7	金	せんべい 牛乳	肉団子のコーン蒸し 青菜の海苔和え オレンジ 牛乳 ごはん	豚挽肉、玉葱、生姜、塩、醤油、酒、片栗粉、コーン 青菜、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 オレンジ 牛乳 米	ポテトピザ じゃが芋、バター、ピーマン、ベーコン、チーズ 麦茶	エネルギー 515 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 19.7 g 食塩相当量 1.5 g
8	土	おかし 牛乳	焼きビーフン スティックきゅうり ゼリー 牛乳	ビーフン(乾)、豚もも肉、キャベツ、玉葱、人参、ピーマン、油、醤油、中華だし 胡瓜、塩 ゼリー 牛乳	おかし 麦茶	エネルギー 474 kcal たんぱく質 15.9 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 1.5 g
10	月	クラッカー 牛乳	キーマカレー トマトサラダ バナナ 牛乳 ナン	合挽肉、玉葱、人参、にんにく、生姜、油、トマト缶、水、カレールーウ、ケチャップ、塩・胡椒、プレーンヨーグルト トマト、胡瓜、玉葱、酢、油、塩・胡椒、乾燥パセリ バナナ 牛乳 ナン	フルーチェ フルーチェ、牛乳 せんべい 麦茶	エネルギー 560 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 19.9 g 食塩相当量 2.4 g
11	火	ヨーグルト 麦茶	鶏肉の照り焼き おかか和え 大根のみそ汁 ごはん	鶏もも肉、醤油、みりん、砂糖 青菜、人参、えのき茸、醤油、かつお節 大根、大根の葉、しめじ、みそ、煮干し、水 米	バインケーキ ホットケーキ粉、卵、牛乳、バイン缶、バター 牛乳	エネルギー 443 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 12.1 g 食塩相当量 1.3 g
12	水	せんべい 牛乳	南瓜のグラタン コーンサラダ 牛乳 パン	南瓜、バター、豚挽肉、玉葱、油、塩・胡椒、小麦粉、水、ケチャップ、チーズ キャベツ、胡瓜、コーン、油、酢、塩・胡椒 牛乳 パン	鮭おにぎり 米、鮭フレーク、いりごま かぶの浅漬け かぶ、かぶの葉、塩 ほうじ茶	エネルギー 541 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 1.8 g
13	木	コーンフレーク 牛乳	煮魚 マカロニサラダ オレンジ 牛乳 わかめごはん	魚、砂糖、醤油、生姜、酒 マカロニ、人参、胡瓜、ロースハム、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 オレンジ 牛乳 米、わかめご飯の素	チーズの包み揚げ チーズ、ワンタンの皮、油 麦茶	エネルギー 578 kcal たんぱく質 25.7 g 脂 質 23.5 g 食塩相当量 1.5 g
14	金	せんべい 牛乳	【県民の日献立】 餃子 干瓢のごま酢和え 中華卵スープ 県民の日ゼリー ごはん	餃子、油、ごま油 胡瓜、干瓢、人参、油揚げ、すりごま、酢、砂糖、醤油、塩 卵、にら、えのき茸、水、中華だし、塩・胡椒 県民ゼリー 米	お麩のラスク 麩、バター、グラニュー糖 ミニフィッシュ 牛乳	エネルギー 532 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 1.6 g
15	土	おかし 牛乳	すき焼き風煮 トマト バナナ 牛乳 ごはん	豚もも肉、焼き豆腐、糸こんに、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 トマト バナナ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 574 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.1 g



令和6年6月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
17	月	ビスケット 牛乳	豆腐の変わり揚げ じゃこサラダ 牛乳 ごはん	絞豆腐、ツナ缶、卵、乾燥パセリ、片栗粉、スキムミルク、塩、油、ケチャップ キャベツ、胡瓜、人参、じゃこ、油、砂糖、醤油、酢、ごま油 牛乳 米	フルーツヨーグルト プレーンヨーグルト、バナナ、パイン缶、みかん缶 麦茶	エネルギー 548 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 21.0 g 食塩相当量 1.0 g
18	火	コーンフレーク 牛乳	干草焼き 刻み昆布の煮付け えのきのみそ汁 ごはん	卵、豚挽肉、人参、玉葱、椎茸、ピーマン、油、砂糖、塩 刻みこんぶ、油揚げ、人参、油、砂糖、醤油 えのき茸、わかめ、みそ、煮干し、水 米	チーズ蒸しパン 蒸しパンの素、スキムミルク、水、チーズ 牛乳	エネルギー 540 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 2.3 g
19	水	せんべい 牛乳	【食育の日】 鶏肉の南蛮漬け もやしの和え物 グレープフルーツ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、酒、醤油、生姜、ねぎ、片栗粉、油、水、かつお節、醤油、酢、砂糖、胡瓜、トマト もやし、人参、菜飯の素 グレープフルーツ 牛乳 米	米粉の豆乳クレープ フレンズクレープ 紅茶	エネルギー 558 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 21.9 g 食塩相当量 1.2 g
20	木	ビスケット 牛乳	チリコンカン ごぼうサラダ 牛乳 パン	ゆで大豆、合挽肉、ベーコン、玉葱、人参、マッシュルーム缶、グリーンピース、トマト缶、油、コンソメ、水、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、塩、胡椒 牛蒡、人参、胡瓜、ツナ缶、マヨネーズ、酢、ドレッシング 牛乳 パン	もちもちかぼちゃ 南瓜、米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、砂糖、塩 麦茶	エネルギー 603 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 27.4 g 食塩相当量 2.3 g
21	金	ヨーグルト 麦茶	焼き魚 卵の花の炒り煮 じゃがいものみそ汁 ごはん	魚、塩 おから、ねぎ、牛蒡、人参、つきこんにゃく、油、砂糖、醤油 じゃが芋、玉葱、オクラ、みそ、煮干し、水 米	ウインナーパイ ウインナー、パイ皮、卵(黄) 牛乳	エネルギー 526 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 21.1 g 食塩相当量 1.8 g
22	土	おかし 牛乳	ポークカレー スティックきゅうり オレンジ 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、アレルギー不使用カレールウ 胡瓜、塩 オレンジ 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 539 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.7 g
24	月	クラッカー 牛乳	すき焼き風煮 おかか和え 牛乳 ごはん	牛もも肉、焼き豆腐、糸こんにゃく、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 キャベツ、青菜、人参、醤油、かつお節 牛乳 米	メロン せんべい 麦茶	エネルギー 498 kcal たんぱく質 20.2 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 1.5 g
25	火	ヨーグルト 麦茶	魚の甘酢あんかけ 南瓜のサラダ 牛乳 ごはん	魚、塩、小麦粉、油、玉葱、人参、えのき茸、ピーマン、砂糖、酢、醤油、片栗粉、水、かつお節 南瓜、胡瓜、人参、マヨネーズ、酢、塩、胡椒 牛乳 米	ココア揚げパン コッペパン、ミルクココア、油 紅茶	エネルギー 547 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 19.9 g 食塩相当量 1.2 g
26	水	せんべい 牛乳	チキンピカタ ブロッコリーのだし醤油あえ ミネストローネスープ パン(ジャム)	鶏むね肉、塩、胡椒、小麦粉、卵、油、ケチャップ ブロッコリー、醤油、水、かつお節 ベーコン、玉葱、人参、セロリ、マッシュルーム缶、油、マカロニ、チーズ、水、コンソメ、トマトジュース缶、塩、胡椒 パン、ジャム	枝豆おにぎり 米、混ぜごはんの素、むき枝豆(国産) ほうじ茶	エネルギー 512 kcal たんぱく質 27.5 g 脂 質 14.4 g 食塩相当量 2.3 g
27	木	ビスケット 牛乳	ジャージャー麺 もやしのナムル バナナ 牛乳	生中華めん、豚挽肉、玉葱、人参、生姜、油、みそ、酒、醤油、みりん、中華だし、水、片栗粉、いりごま もやし、胡瓜、人参、ごま油、砂糖、酢、醤油 バナナ 牛乳	ぶどうゼリー ゼリーの素、水、ぶどうジュース せんべい 麦茶	エネルギー 574 kcal たんぱく質 21.8 g 脂 質 17.3 g 食塩相当量 2.5 g
28	金	コーンフレーク 牛乳	豚肉と生揚げの味噌炒め トマト にら玉汁 ごはん	豚もも肉、醤油、酒、油、ピーマン、油、生揚げ、キャベツ、玉葱、人参、油、みそ、砂糖、醤油、片栗粉 トマト にら、卵、醤油、塩、水、かつお節 米	いももち じゃが芋、片栗粉、バター、塩 牛乳	エネルギー 557 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 21.0 g 食塩相当量 1.6 g
29	土	おかし 牛乳	肉野菜炒め グレープフルーツ じゃがいものみそ汁 牛乳 ごはん	豚もも肉、しめじ、チンゲン菜、玉葱、人参、もやし、油、砂糖、みりん、醤油 グレープフルーツ じゃが芋、わかめ、みそ、煮干し、水 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 580 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 17.4 g 食塩相当量 1.5 g

【目標値】エネルギー533kcal、たんぱく質21.3g、脂質17.2g、食塩相当量1.6g(3歳未満児)

【平均値】エネルギー540kcal、たんぱく質21.6g、脂質18.6g、食塩相当量1.7g

※食べたことのない食品・食材がある場合には、必ず事前に職員へお知らせください。

※歯の生え方や咀嚼力等の発育・発達に応じて、練り製品、こんにゃく、丸いもの等は切り方や大きさに配慮して調理し、食事の際に声掛けや見守りを行っています。

※食材の調達等の状況により、献立及び食材が一部変更となる場合があります。

※土曜日は3大アレルギー(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施しています。(飲用牛乳除く)

※毎月19日は食育の日です。19日(水)は3大アレルギー(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)