

6月給食献立表(完了食)

令和7年6月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	2	3	4	5	6	7
昼食	ごはん 筑前煮 大豆煮 みそ汁 ヨーグルト	ごはん 鶏肉と野菜の煮物 レタスと海苔のナムル すまし汁 フルーツ	肉うどん 野菜煮 バナナヨーグルト	ごはん 鮭煮 キャベツとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	ブルコギ丼 キャベツサラダ みそ汁 ゼリー	広東麺 粉ふき芋 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	そぼろおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	食パン 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、人参、絹さや、れんこん、しいたけ、大根、鶏肉、大豆（冷凍）、ごぼう、わかめ、えのき	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、レタス、ツナ、海苔、きくらげ、えのき	うどん、豚肉、小松菜、人参、玉ねぎ、かぶ、キャベツ	米、鮭、玉ねぎ、キャベツ、ひじき、トマト、ハム、油揚げ、ナス	米、豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、コーン、きゅうり	中華麺、豚肉、人参、もやし、青梗菜、白菜、じゃが芋

日付	9	10	11	12	13	14
昼食	ごはん 鮭煮 キャベツの和え物 みそ汁 フルーツ	ごはん 麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	タンメン マッシュポテト 鶏肉煮 フルーツ	ごはん 豚肉煮 キャベツサラダ スープ ゼリー	カレーライス 大根とツナのサラダ スープ ヨーグルト	キャベツとしらすの 和風スパゲッティ じゃが芋煮 スープ フルーツ お菓子 麦茶
午後のおやつ	ヨーグルト 牛乳	お菓子 牛乳	青のりおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鮭、キャベツ、きゅうり、豆腐、なめこ	米、木綿豆腐、豚ひき肉、人参、葱、椎茸、ハム、黄パプリカ、赤パプリカ、ブロッコリー、大根、油揚げ	中華麺、もやし、人参、豚肉、玉ねぎ、きくらげ、葱、じゃが芋、鶏肉	米、豚肉、キャベツ、人参、コーン、ツナ、わかめ、白菜	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、大根、ツナ、ひじき、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、キャベツ、コーン	パスタ、キャベツ、しらす、海苔、じゃが芋、青のり、もやし、小松菜

日付	16	17	18	19	20	21
昼食	ごはん チンジャオロースー 白菜とコーンのごまサラダ スープ フルーツ	ごはん 鮭煮 切干大根煮 すまし汁 フルーツ	ごはん 鶏肉の照り焼き ごま和え みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 チンゲン菜のコーンと和え みそ汁 ヨーグルト	ミートソーススパゲッティ ささみときゅうり和え スープ ゼリー	焼きうどん ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米、豚肉、ピーマン、人参、白菜、人参、コーン、玉ねぎ、ベーコン	米、鮭、切干大根、白滝、人参、さつま揚げ、絹さや、豆腐、わかめ	米、鶏肉、人参、小松菜、キャベツ、もやし、えのき	米、豚肉、青梗菜、コーン、人参、ハム、ほうれん草、椎茸	パスタ、玉ねぎ、人参、豚ひき肉、ささみ、きゅうり、かぶ	うどん、豚肉、キャベツ、人参、もやし、玉ねぎ、じゃが芋、人参、きゅうり

日付	23	24	25	26	27	28
昼食	ごはん 鱈煮 じゃが芋煮 スープ ゼリー	ごはん 肉じゃが マカロニサラダ みそ汁 フルーツ	食パン 豚肉煮 スティックきゅうり スープ フルーツ	ごはん 鶏肉煮 野菜和え みそ汁 フルーツ	ごはん 豚肉煮 トマトとわかめのナムル みそ汁 ヨーグルト	野菜うどん なめたけ和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	野菜ポッキー 牛乳	しらすおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 麦茶
食材	米、鶏肉、じゃが芋、人参、キャベツ	米、じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚肉、マカロニ、きゅうり、コーン、ハム、えのき	食パン、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、きゅうり、もやし、小松菜	米、鶏肉、人参、絹豆腐、なめこ	米、きくらげ、豚肉、わかめ、トマト、椎茸、小松菜	うどん、油揚げ、人参、玉ねぎ、なめたけ、白菜、人参、ほうれん草

日付	30	
昼食	ごはん 肉豆腐 納豆和え みそ汁 フルーツ	今年は、毎月1品世界各地の様々な料理を取り入れていきます。 23日（月） 【 白身魚のオーロルソース 】 鶏肉のオーロルソースはフランスの料理です。フランスでは古くから料理のソースが大切にされてきていて、このお魚にかかっているソースもフランスでは定番のソースの1つです。 オーブンで焼き上げたお魚（お肉など）にコクのあるトマトクリーム味のオーロルソースをかけて食べます。『オーロルソース』とはサーモンピンクに見えるその色にちなみ、夜明けの空の色（あけぼの）に似ているところから名づけられたそうです。
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	
食材	米、豚肉、玉ねぎ、木綿豆腐、ほうれん草、もやし、人参、ひきわり納豆、わかめ	



6月給食献立表(後期食)

令和7年6月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	2	3	4	5	6	7
昼食	軟飯 筑前煮 大豆煮 みそ汁 ヨーグルト	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 レタスと海苔のナムル すまし汁 フルーツ	肉うどん 野菜煮 バナナヨーグルト	軟飯 鮭煮 キャベツとひじきのサラダ みそ汁 フルーツ	軟飯/豚肉煮 キャベツサラダ みそ汁 ゼリー	広東麺 粉ふき芋 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、人参、絹さや、れんこん、しいたけ、大根、鶏肉、大豆（冷凍）、こぼろ、わかめ、えのき	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、レタス、ツナ、海苔、きくらげ、えのき	うどん、豚肉、小松菜、人参、玉ねぎ、かぶ、キャベツ	米、鮭、玉ねぎ、キャベツ、ひじき、トマト、ナス	米、豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり	中華麺、豚肉、人参、もやし、青梗菜、白菜、じゃが芋

日付	9	10	11	12	13	14
昼食	軟飯 鮭煮 キャベツの和え物 みそ汁 フルーツ	軟飯 麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	タンメン マッシュポテト 鶏肉煮 フルーツ	軟飯 豚肉煮 キャベツサラダ スープ ゼリー	軟飯/肉じゃが 大根とツナのサラダ スープ ヨーグルト	キャベツとしらすの 和風スパゲッティ じゃが芋煮 スープ フルーツ お菓子 麦茶
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	青のりおじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	
食材	米、鮭、キャベツ、きゅうり、豆腐、なめこ	米、木綿豆腐、豚ひき肉、人参、葱、椎茸、黄パプリカ、赤パプリカ、ブロッコリー、大根	中華麺、もやし、人参、豚肉、玉ねぎ、きくらげ、葱、じゃが芋、鶏肉	米、豚肉、キャベツ、人参、ツナ、わかめ、白菜	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、大根、ツナ、ひじき、きゅうり、赤パプリカ、黄パプリカ、キャベツ	パスタ、キャベツ、しらす、海苔、じゃが芋、青のり、もやし、小松菜

日付	16	17	18	19	20	21
昼食	軟飯 チンジャオロースー 白菜のごまサラダ スープ フルーツ	軟飯 鮭煮 切干大根煮 すまし汁 フルーツ	軟飯 鶏肉の照り焼き ごま和え みそ汁 フルーツ	軟飯 豚肉煮 チンゲン菜和え みそ汁 ヨーグルト	ミートソーススパゲッティ ささみときゅうり和え スープ ゼリー	肉うどん ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、豚肉、ピーマン、人参、白菜、人参、玉ねぎ	米、鮭、切干大根、人参、絹さや、豆腐、わかめ	米、鶏肉、人参、小松菜、キャベツ、もやし、えのき	米、豚肉、青梗菜、人参、ほうれん草、椎茸	パスタ、玉ねぎ、人参、豚ひき肉、ささみ、きゅうり、かぶ	うどん、豚肉、キャベツ、人参、もやし、玉ねぎ、じゃが芋、人参、きゅうり

日付	23	24	25	26	27	28
昼食	軟飯 鰯煮 じゃが芋煮 スープ ゼリー	軟飯 肉じゃが マカロニサラダ みそ汁 フルーツ	食パン 豚肉煮 スティックきゅうり スープ フルーツ	軟飯 鶏肉煮 野菜和え みそ汁 フルーツ	軟飯 豚肉煮 トマトとわかめのナムル みそ汁 ヨーグルト	野菜うどん なめたけ和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	野菜ポッキー 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鶏肉、じゃが芋、人参、キャベツ	米、じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚肉、マカロニ、きゅうり、えのき	食パン、豚肉、玉ねぎ、ピーマン、きゅうり、もやし、小松菜	米、鶏肉、人参、絹豆腐、なめこ	米、きくらげ、豚肉、わかめ、トマト、椎茸、小松菜	うどん、人参、玉ねぎ、なめたけ、白菜、人参、ほうれん草

日付	30	
昼食	軟飯 肉豆腐 納豆和え みそ汁 フルーツ	今年は、毎月1品世界各地の様々な料理を取り入れていきます。 23日（月） 【 白身魚のオーロルソース 】 鶏肉のオーロルソースはフランスの料理です。フランスでは古くから料理のソースが大切にされてきていて、このお魚にかかっているソースもフランスでは定番のソースの1つです。 オーブンで焼き上げたお魚（お肉など）にコクのあるトマトクリーム味のオーロルソースをかけて食べます。『オーロルソース』とはサーモンピンクに見えるその色にちなみ、夜明けの空の色（あけぼの）に似ているところから名づけられたそうです。
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	
食材	米、豚肉、玉ねぎ、木綿豆腐、ほうれん草、もやし、人参、ひきわり納豆、わかめ	



6月給食献立表(中期食)

令和7年6月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付	2	3	4	5	6	7
昼食	おかゆ 筑前煮 大豆煮 みそ汁 ヨーグルト	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 レタスサラダ すまし汁 フルーツ	肉うどん 野菜煮 バナナヨーグルト	おかゆ 鮭煮 キャベツサラダ みそ汁 フルーツ	おかゆ 鶏肉煮 キャベツサラダ みそ汁 ゼリー	野菜うどん 粉ふき芋 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	パンがゆ 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、人参、大根、ささみ、大豆（冷凍）	米、ささみ、玉ねぎ、人参、レタス、ツナ	うどん、ささみ、小松菜、人参、玉ねぎ、かぶ、キャベツ	米、鮭、トマト、玉ねぎ、キャベツ	米、ささみ、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり	うどん、人参、青梗菜、白菜、じゃが芋

日付	9	10	11	12	13	14
昼食	おかゆ 鮭煮 キャベツの和え物 みそ汁 フルーツ	おかゆ ささみと野菜煮 ブロッコリーサラダ みそ汁 フルーツ	野菜うどん マッシュポテト ささみ煮 フルーツ	おかゆ 鱈煮 キャベツサラダ スープ ゼリーセレクト	おかゆ ささみ煮 大根とツナのサラダ スープ ヨーグルト	うどん じゃが芋煮 フルーツ
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、鮭、キャベツ、きゅうり、豆腐	米、ささみ、木綿豆腐、人参、ブロッコリー、大根	うどん、人参、ささみ、玉ねぎ、じゃが芋	米、鱈、キャベツ、人参、ツナ、白菜	米、ささみ、玉ねぎ、人参、じゃが芋、大根、ツナ、きゅうり	うどん、キャベツ、しらす、じゃが芋、小松菜

日付	16	17	18	19	20	21
昼食	おかゆ ささみ煮 野菜和え スープ フルーツ	おかゆ 鮭煮 大根煮 すまし汁 フルーツ	おかゆ ささみ煮 野菜和え みそ汁 フルーツ	おかゆ 鱈煮 青梗菜和え みそ汁 ヨーグルト	鶏肉うどん ささみときゅうり和え スープ ゼリー	おかゆ 鮭煮 ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	パンがゆ 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、ささみ、白菜、人参、玉ねぎ	米、鮭、大根、人参、絹さや、豆腐	米、ささみ、人参、小松菜、キャベツ	米、鱈、青梗菜、人参、ほうれん草	うどん、ささみ、玉ねぎ、人参、ささみ、きゅうり、かぶ	うどん、鮭、キャベツ、人参、玉ねぎ、じゃが芋、人参、きゅうり

日付	23	24	25	26	27	28
昼食	おかゆ 鱈煮 じゃが芋煮 スープ ゼリー	おかゆ 肉じゃが 野菜和え みそ汁 フルーツ	パンがゆ 鮭煮 きゅうり和え スープ フルーツ	おかゆ 鶏肉煮 野菜和え みそ汁 フルーツ	おかゆ 鮭煮 トマトサラダ みそ汁 ヨーグルト	野菜うどん 白菜煮 フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	野菜ポッキー 麦茶	おじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米、ささみ、トマト、じゃが芋、人参、キャベツ	米、じゃが芋、人参、玉ねぎ、ささみ、きゅうり	パン、鮭、玉ねぎ、きゅうり、小松菜	米、ささみ、人参、絹豆腐	米、鮭、トマト、小松菜	うどん、人参、玉ねぎ、白菜、人参、ほうれん草

日付	30	
昼食	おかゆ 肉豆腐 野菜和え みそ汁 フルーツ	今年は、毎月1品世界各地の様々な料理を取り入れていきます。 23日（月） 【 白身魚のオーロルソース 】 鶏肉のオーロルソースはフランスの料理です。フランスでは古くから料理のソースが大切にされてきていて、このお魚にかかっているソースもフランスでは定番のソースの1つです。 オーブンで焼き上げたお魚（お肉など）にコクのあるトマトクリーム味のオーロルソースをかけて食べます。『オーロルソース』とはサーモンピンクに見えるその色にちなみ、夜明けの空の色（あけぼの）に似ているところから名づけられたそうです。
午後のおやつ	ヨーグルト 麦茶	
食材	米、ささみ、玉ねぎ、木綿豆腐、ほうれん草、人参	

