

2024年6月



幼児食だより

四條畷市役所こども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1 土	五目うどん 果物	うどん、豚肉、むきえび、はくさい、にんじん、しいたけ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、食塩、水/果物/牛乳/ネオ黒糖ロール[既製品のパン] 	牛乳 ネオ黒糖ロール
3 月	ご飯 チキンカレー キャベツコーンサラダ	米/鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水/キャベツ、ホールコーン、ツナフレーク油漬、マヨドレ/牛乳/バナナ、みかん缶、りんご、ヨーグルト(無糖)、/揚一番	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 揚一番
4 火	ご飯 松風焼き 切干大根の酢の物 麩とえのきのすまし汁	米/鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、酒、砂糖、油、いりごま/切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、濃口醤油、ごま油/えのきたけ、麩、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ
5 水	ご飯 あじの南蛮漬け わかめと胡瓜の和え物 白菜のみそ汁	米/あじ、片栗粉、油、砂糖、酢、濃口醤油、青ねぎ、りんご/きゅうり、にんじん、カットわかめ、濃口醤油、砂糖/はくさい、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/ココアプラス(ヨーグルト)/果物/ビスコ/ラムネ菓子	ココアプラス 果物 ビスコ ラムネ菓子[3~5歳児]
6 木	まぜ込みご飯 厚揚げの煮付け 青菜のみそ汁	米、まぜごはんのもと(6色の野菜)/厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、にんじん、ごぼ天、三度豆、砂糖、濃口醤油、本みりん、煮干し、だし昆布、水/こまつな、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、ケーキシロップ	牛乳 果物 ◎ホットケーキ
7 金	ご飯 酢豚風 春雨スープ	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、たけのこ、干しいたけ、パン缶、油、濃口醤油、砂糖、酢、ケチャップ、鶏がらスープ、片栗粉/春雨、チンゲン菜、ベーコン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、マーガリン、にんじん、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎キャロットクッキー
8 土	ごま味ラーメン 果物	中華めん(卵なし麺)、豚肉、はくさい、にんじん、緑豆もやし、青ねぎ、鶏がらスープ、濃口醤油、食塩、ごま油、油、いりごま、水/果物/牛乳/十勝バターレーズンスティック[既製品のパン]	牛乳 十勝バターレーズンスティック
10 月	ハヤシライス 和風ツナサラダ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ハヤシフレーク、トマト(缶詰)カット、ケチャップ、油、水/きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、カットわかめ、ボン酢/牛乳/りんご、みかん缶、パン缶、あわせるゼリー(ピーチ)、水、砂糖/おにぎりせんべい【卵】	牛乳 ◎フルーツカクテル(ピーチ) おにぎりせんべい
11 火	ご飯 さわらの照り焼き 白菜と人参のナムル けんちん汁(豆腐)	米/さわら、濃口醤油、本みりん、酒、濃口醤油、砂糖、本みりん、水、片栗粉、水/はくさい、にんじん、濃口醤油、ごま油、鶏がらスープ/豆腐、さといも、だいこん、にんじん、干しいたけ、青ねぎ、油、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、豆乳、水、油、いちごジャム	牛乳 果物 ◎ワッフル(イチゴ)
12 水	鶏炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) チンゲン菜とコーンのスープ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、油、食塩、鶏がらスープ、濃口醤油、油/ブロッコリー、食塩、マヨドレ/コーン、たまねぎ、チンゲン菜、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/食パン《卵なし》、たまねぎ、合ミンチ、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、春雨、ウスターソース、濃口醤油、油、食塩、薄力粉、パン粉、油	牛乳 果物 ◎カレーパン
13 木	ご飯 豆腐の肉あんかけ ベビーチーズ 大根のみそ汁	米/豆腐、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、生姜、油、砂糖、濃口醤油、煮干し、水、片栗粉/ベビーチーズ/だいこん、青ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/米粉のホットケーキミックス、ホットケーキミックス(乳成分なし)、砂糖、パン缶、油、水	牛乳 果物 ◎パインケーキ
14 金	ご飯 豚肉とじゃが芋の中華風炒め ほうれん草のスープ	米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、ピーマン、パプリカ(赤)、春雨、ごま油、食塩、白こしょう、酒、鶏がらスープ、砂糖、濃口醤油/ほうれん草、たまねぎ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/米粉、豚ミンチ、にら、にんじん、ホールコーン、食塩、水、ごま油、濃口醤油、砂糖、ごま油、酢、水	牛乳 果物 ◎チヂミ
15 土	イタリアンスパゲティ 果物	スパゲティ、オリーブ油、ベーコン、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、トマトピューレ、ウスターソース、ケチャップ、油、食塩/果物/牛乳/スナックパン野菜と果物[既製品のパン]	牛乳 スナックパン(野菜と果物)



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
17月	ご飯 キーマカレー ブロッコリーの甘酢和え	米/豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、生姜、にんにく、油、カレー粉、みんなの給食カレー(アルゲン27品目不使用)、水、鶏がらスープ、ケチャップ、片栗粉/ブロッコリー、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩/ほうじ茶/フルーチェ(イチゴ)、牛乳/源氏パイ	お茶 ◎フルーチェ(いちご) 源氏パイ 
18火	ご飯 さばの梅煮  小松菜のお浸し 麩とねぎのみそ汁	米/さば、生姜、無着色梅干し、砂糖、濃口醤油、酒、水/こまつな、にんじん、濃口醤油、砂糖/麩、たまねぎ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/さつまいも、砂糖、豆乳  	牛乳 果物 ◎スイートポテト 
お誕生日食 			
19水	ご飯 鶏肉の唐揚げタレづけ  胡瓜とツナのサラダ(ポン酢) キャベツとしめじのスープ	米/鶏むね肉、片栗粉、油、濃口醤油、砂糖、酢、ごま油、生姜、水/きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、ポン酢/キャベツ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/きになる野菜 アップル&キャロット/メロン/米粉のホットケーキミックス、きな粉、砂糖、油、水、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(アップル&キャロット) メロン ◎きな粉のカップケーキ (ホイップつき) 
20木	ピビンバ えのきのすまし汁	米、牛肉、にんにく、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、ごま油、ほうれん草、緑豆もやし、にんじん、きゅうり、濃口醤油、砂糖、いりごま/えのきたけ、たまねぎ、カットわかめ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水、サイコロチーズ	牛乳 果物 ◎チーズ蒸しパン
21金	ご飯 ポークチャップ  ブロッコリーサラダ (柑橘ドレッシング) レタスのスープ	米/豚肉、たまねぎ、食塩、白こしょう、油、ケチャップ、トンカツソース/ブロッコリー、にんじん、ノンオイル柑橘ドレッシング/レタス、じゃがいも、たまねぎ、油、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/米、米みそ(淡色辛みそ)、いりごま、砂糖、水  	牛乳 果物 ◎五平餅風 
22土	焼きそば 果物 	中華めん(やきそば用)、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、お好みソース(コープ)、ウスターソース、油、食塩/果物/牛乳/スナックパン[既製品のパン]   	牛乳 スナックパン
24月	三色丼 スティックソーセージ ほうれん草のすまし汁	米、だし昆布、薄口醤油、酒、食塩、鶏ミンチ、濃口醤油、砂糖、本みりん、油、生姜、三度豆、食塩、にんじん、だし昆布、水、砂糖、食塩/アンパンマンおやつソーセージ/ほうれん草、豆腐、えのきたけ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/薄力粉、ココア、砂糖、油、豆乳ホイップ、水	牛乳 果物 ◎ココアクッキー
25火	ご飯 焼き魚(さけ)  きんぴら煮 豆腐のみそ汁	米/銀鮭(骨なし)、油、ポン酢/豚肉、ごぼう(水煮)、にんじん、つきこんにゃく、油、砂糖、本みりん、濃口醤油、いりごま、だし汁/豆腐、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/ポップコーン用コーン、油、バター、カレー粉、食塩/かぼちゃポーロ	牛乳 果物 ◎ポップコーン(カレー味)  かぼちゃポーロ【1歳児】
26水	ご飯 鶏肉のトマトオニオンソース ブロッコリーと人参のおかか和え もやしのスープ	米/鶏もも肉、酒、食塩、たまねぎ、トマト(缶詰)カット、鶏がらスープ、砂糖、ウスターソース、ケチャップ、片栗粉、水/ブロッコリー、にんじん、花かつお、濃口醤油/緑豆もやし、チンゲン菜、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/じゃがいも、バター、食塩	牛乳 果物 ◎じゃがバター 
27木	ご飯 納豆かき揚げ  わかめと胡瓜の和え物 白菜としめじのすまし汁	米/納豆、野焼ちくわ、さつまいも、たまねぎ、薄口醤油、薄力粉、水、油/きゅうり、にんじん、カットわかめ、濃口醤油/はくさい、しめじ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/ジョア(プレーン)/りんご、砂糖、食塩、水/ばりんこ  	ジョア(プレーン) ◎りんごのコンポート ばりんこ 
28金	ご飯 八宝菜(キャベツ) 切干大根のみそ汁	米/豚肉、むきえび、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、濃口醤油、食塩、油、ごま油、鶏がらスープ、片栗粉、水/切り干しだいこん、うすあげ、にんじん、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/ドッグパン《卵なし》、油、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 果物 ◎揚げパン
29土	わかめうどん 果物 	うどん、鶏もも肉、うすあげ、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、業務用だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/黒糖フークレエ《卵・乳なし》  	牛乳 黒糖フークレエ

6月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	571 kcal	鉄	2.2 mg
	たんぱく質	20.9 g	カルシウム	259 mg
	脂質	18.8 g	ビタミンC	30 mg
	塩分	2.0 g	食物繊維	4.1 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。
 ※1~2歳児クラスは、10時に牛乳がつけます。
 ※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類、その他季節に応じた果物(6月はメロン)を提供予定です。

