

令和7年6月 幼 児 食 献 立 表

日 曜	昼食	おやつ	あか 体をつくる 血や肉になる	黄 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	延長
2 月	ドライカレー しょうゆフレンチ炒め コンソメスープ くだもの	牛乳 ラーメン(あわの麺)	牛乳 豚ひき肉 豚肉	米 油 砂糖 コーンスターチ じゃがいも あわの麺 ごま油	玉ねぎ にんじん ビーマントマト ジュース もやし キャベツ パナナ 青菜	菓子(延長用) 菓子(延長用)
3 火	ごはん 豚肉の味噌焼き 人参しりしり すまし汁 くだもの	牛乳 チーズラスク	牛乳 豚肉 味噌 粉 チーズ	米 ごま油 油 ごま 食パン バター	玉ねぎ ビーマンしょうが にんにく にんじん 大根 青菜 柑橘類	りんごジュース 菓子(延長用)
4 水	ゆかりごはん 豆腐ナゲット 野菜のおかか煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 バイナッブルきんとん	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 削り節 油揚げ 味噌	米 片栗粉 油 さつまいも 砂糖 コーンフレーク	玉ねぎ にんじん しょうが 青菜 キャベツ 長ねぎ メロン バイン缶	くだもの
5 木	ソース焼きそば 中華きゅうり スープ くだもの	牛乳 菜飯おにぎり	牛乳 豚肉 豆腐 削り節	中華めん 油 砂糖 ごま油 米	キャベツ もやし にんじん ビーマン 青のり きゅうり 玉ねぎ なら 柑橘類 小松菜	菓子(延長用)
6 金	ごはん 魚と野菜の重ね焼き 新じゃがの煮物 味噌汁 くだもの	牛乳 黒糖クッキー(米粉)	牛乳 魚 味噌	米 油 じゃがいも 砂糖 米粉 アレルギー対応マーガリン 黒砂糖	キャベツ さやいんげん にんじん 玉ねぎ グリンピース 小松菜 パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
7 土	味噌うどん(米の麺) かぼちゃの煮物 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 味噌 豚肉	米の麺 砂糖 菓子	青菜 大根 にんじん 長ねぎ かぼちゃ パナナ	菓子(延長用)
9 月	焼き鳥ごはん ひじきとれんこんの炒り煮 味噌汁 くだもの	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 鶏肉 油揚げ 味噌	米 砂糖 油 ごま	青菜 のり ひじき れんこん にんじん トマト キャベツ 玉ねぎ メロン	菓子(延長用)
10 火	ごはん 魚のステーキ 人参の煮揚げ 青菜としめじの煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 ジャムバターサンド	牛乳 魚 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 食パン いちごジャム バター	玉ねぎ にんじん 青菜 しめじ かぶ かぶ菜 バイン缶	くだもの
11 水	チャーハン 中華風野菜炒め スープ くだもの	牛乳 ハゲテホリタン(あわ麺)	牛乳 豚肉 豆腐 ツナ缶	米 油 ごま油 あわの麺	しょうが 青菜 にんじん キャベツ もやし なら コーン 菜ねぎ 柑橘類 玉ねぎ ビーマントマト	菓子(延長用)
12 木	ごはん チキン味噌カツ ゆでキャベツ 切干し大根の炒り煮 すまし汁 くだもの	乳飲料 菓子	牛乳 鶏ささみ 味噌 赤みそ 乳飲料	米 コーンフレーク 油 砂糖 じゃがいも 菓子	キャベツ にんじん 切干し大根 さやえんどう わかめ パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
13 金	ごはん ポークチャップ ブロッコリーの塩ゆで ビーフンソテー 味噌汁 くだもの	牛乳 蒸しケーキ(ホットケーキ粉)	牛乳 豚肉 味噌 卵	米 油 ビーフン ホットケーキミックス 砂糖 バター	玉ねぎ ブロッコリー キャベツ にんじん 青菜 えのき 柑橘類	りんごジュース 菓子(延長用)
14 土	ちゃんぽん(あわ麺) リヨネーズポテト くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	あわの麺 油 ごま油 じゃがいも 菓子	昆布 しょうが 長ねぎ にんじん たけのこ キャベツ もやし 青菜 玉ねぎ パナナ	菓子(延長用)
16 月	ドライカレー しょうゆフレンチ炒め コンソメスープ くだもの	牛乳 ラーメン(あわの麺)	牛乳 豚ひき肉 豚肉	米 油 砂糖 コーンスターチ じゃがいも あわの麺 ごま油	玉ねぎ にんじん ビーマントマト ジュース もやし キャベツ パナナ 青菜	菓子(延長用)
17 火	ごはん 豚肉の味噌焼き 人参しりしり すまし汁 くだもの	牛乳 チーズラスク	牛乳 豚肉 味噌 粉 チーズ	米 ごま油 油 ごま 食パン バター	玉ねぎ ビーマンしょうが にんにく にんじん 大根 青菜 柑橘類	りんごジュース 菓子(延長用)
18 水	ゆかりごはん 豆腐ナゲット 野菜のおかか煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 バイナッブルきんとん	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 削り節 油揚げ 味噌	米 片栗粉 油 さつまいも 砂糖 コーンフレーク	玉ねぎ にんじん しょうが 青菜 キャベツ 長ねぎ メロン バイン缶	くだもの
19 木	ソース焼きそば 中華きゅうり スープ くだもの	牛乳 菜飯おにぎり	牛乳 豚肉 豆腐 削り節	中華めん 油 砂糖 ごま油 米	キャベツ もやし にんじん ビーマン 青のり きゅうり 玉ねぎ なら 柑橘類 小松菜	菓子(延長用)
20 金	ごはん 魚と野菜の重ね焼き 新じゃがの煮物 味噌汁 くだもの	牛乳 黒糖クッキー(米粉)	牛乳 魚 味噌	米 油 じゃがいも 砂糖 米粉 アレルギー対応マーガリン 黒砂糖	キャベツ さやいんげん にんじん 玉ねぎ グリンピース 小松菜 パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
21 土	味噌うどん(米の麺) かぼちゃの煮物 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 味噌 豚肉	米の麺 砂糖 菓子	青菜 大根 にんじん 長ねぎ かぼちゃ パナナ	菓子(延長用)
23 月	焼き鳥ごはん ひじきとれんこんの炒り煮 味噌汁 くだもの	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 鶏肉 油揚げ 味噌	米 砂糖 油 ごま	青菜 のり ひじき れんこん にんじん トマト キャベツ 玉ねぎ メロン	菓子(延長用)
24 火	ごはん 魚のステーキ 人参の煮揚げ 青菜としめじの煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 ジャムバターサンド	牛乳 魚 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 食パン いちごジャム バター	玉ねぎ にんじん 青菜 しめじ かぶ かぶ菜 バイン缶	くだもの
25 水	チャーハン 中華風野菜炒め スープ くだもの	牛乳 ハゲテホリタン(あわ麺)	牛乳 豚肉 豆腐 ツナ缶	米 油 ごま油 あわの麺	しょうが 青菜 にんじん キャベツ もやし なら コーン 菜ねぎ 柑橘類 玉ねぎ ビーマントマト	菓子(延長用)
26 木	ごはん チキン味噌カツ ゆでキャベツ 切干し大根の炒り煮 すまし汁 くだもの	乳飲料 菓子	牛乳 鶏ささみ 味噌 赤みそ 乳飲料	米 コーンフレーク 油 砂糖 じゃがいも 菓子	キャベツ にんじん 切干し大根 さやえんどう わかめ パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
27 金	ごはん ポークチャップ ブロッコリーの塩ゆで ビーフンソテー 味噌汁 くだもの	牛乳 蒸しケーキ(ホットケーキ粉)	牛乳 豚肉 味噌 卵	米 油 ビーフン ホットケーキミックス 砂糖 バター	玉ねぎ ブロッコリー キャベツ にんじん 青菜 えのき 柑橘類	りんごジュース 菓子(延長用)
28 土	ちゃんぽん(あわ麺) リヨネーズポテト くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	あわの麺 油 ごま油 じゃがいも 菓子	昆布 しょうが 長ねぎ にんじん たけのこ キャベツ もやし 青菜 玉ねぎ パナナ	菓子(延長用)
30 月	ドライカレー しょうゆフレンチ炒め コンソメスープ くだもの	牛乳 ラーメン(あわの麺)	牛乳 豚ひき肉 豚肉	米 油 砂糖 コーンスターチ じゃがいも あわの麺 ごま油	玉ねぎ にんじん ビーマントマト ジュース もやし キャベツ パナナ 青菜	菓子(延長用)
行事食	鮭の混ぜごはん キャベツと鶏の煮物 具だくさん汁 くだもの	牛乳 あじさいゼリー 菓子	牛乳 紅鮭 鶏肉 油揚げ	米 ごま 油 砂糖 ゼリー 菓子	昆布 青菜 コーン しょうが キャベツ 玉ねぎ にんじん 大根 長ねぎ パナナ メロン	菓子(延長用)
行事食	にこにこランチ 鶏のから揚げ 青菜ともやしの煮びたし スープ くだもの	牛乳 ココアケーキ(米粉)	牛乳 豚ひき肉 鶏肉	米 油 じゃがいも 片栗粉 米粉 アレルギー対応マーガリン 砂糖 粉砂糖	玉ねぎ レーズン にんじん さやいんげん しょうが りんご 青菜 もやし キャベツ メロン	菓子(延長用)
こごころ遊び	おにぎり 鶏のから揚げ フライドポテト 茹野菜 すまし汁 りんごジュース くだもの	牛乳 菓子	牛乳 削り節 しらす 干し 鶏肉	米 片栗粉 油 じゃがいも 菓子	青のり しょうが りんご ブロッコリー にんじん わかめ 玉ねぎ みつば りんごジュース パナナ	菓子(延長用)

1～2歳児には、10時に牛乳がつけます。
献立は天候等の理由により、変更する場合があります。また、果物も安全性を配慮し年齢により変更する場合があります。
★区立保育園の基本献立は、乳幼児の3大アレルギーである“卵・乳・小麦”不使用の献立を週に複数回取り入れています。



(子ども施設課 管理栄養士)



みんなで投票、みんなで夢。
おはなの一画大切に。

墨田区選挙管理委員会からのお知らせです。

6月22日(日曜日)は東京都議会議員選挙の投票日です。みなさん投票にいきましょう。当日都合がつかない方には、期日前投票もあります。