



こんだてびょう

令和7年6月1日 王司保育園 3歳以上児クラス



季節の変わり目で体力が落ちてくる梅雨に入ります。この時期は食中毒に注意しましょう。

菌が増えても、食品の味や風味の変化に気づかずに食べてしまいがちです。

①しっかり加熱、②できたらすぐに食べる、③冷蔵庫で保存するなど、食品管理に気をつけてください。



日	曜	献立名	主 な 材 料	おやつ
2	月	青椒肉絲 中華風豆腐スープ ゼリー	豚肩ロース肉 清酒 濃口しょうゆ 玉ねぎ 青ピーマン たけのこ水煮缶 サラダ油 オイスターソース 上白糖 中華だし 片栗粉 ごま油 木綿豆腐 チンゲン菜 緑豆もやし にんじん きくらげ ゼリー	牛乳 クッキー
3	火	白身魚のフライ きゅうりと梅のおかか和え 千切りスープ	あかうお 塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 サラダ油 レタス トマト きゅうり 梅びしお ごま油 いりごま ロースハム 玉ねぎ にんじん えのきたけ さやえんどう 固形フィヨン	カルピス ロールサンド
4	水	ナポリタン 野菜スープ パナナ	スパゲッティ ベーコン 玉ねぎ にんじん 青ピーマン マッシュルーム水煮缶 トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース パルメザンチーズ 固形フィヨン キャベツ ジャが芋 パナナ	牛乳 ドーナツ
5	木	菜飯 厚揚げのそぼろあんかけ かぼちゃとなすの味噌汁 おひたし	しらす干し 小松菜 濃口しょうゆ みりん ごま油 生揚げ 鶏ミンチ にんじん 片栗粉 小ねぎ 煮干し 麦味噌 西洋かぼちゃ なす えのきたけ 小ねぎ	お茶 焼きそば
6	金	豚肉の卵とじ ひじきのサラダ すまし汁	鶏卵 豚もも肉 玉ねぎ ごぼう さやいんげん かつお節 濃口しょうゆ 清酒 みりん 上白糖 干しひじき コーン缶 きゅうり にんじん マヨネーズ 木綿豆腐 ほうれん草 焼きふ 薄口しょうゆ	牛乳 せんべい
7	土	汁ビーフン パナナ	ビーフン 豚もも肉 キャベツ 玉ねぎ 緑豆もやし にんじん 生しいたけ サラダ油 中華だし 薄口しょうゆ ごま油 塩 こしょう パナナ	ヨーグルト
9	月	豆腐チャンプル キャベツのツナマヨ和え もずくスープ	焼き豆腐 豚バラ肉 チンゲン菜 緑豆もやし にんじん 鶏卵 ごま油 みりん かつお節 キャベツ きゅうり コーン缶 シーチキン水煮缶 マヨネーズ もずく えのきたけ 小ねぎ 焼きふ 中華だし	牛乳 カステラ
10	火	レバーのカクテルソース 味噌汁 パナナ	鶏レバー 清酒 しょうが 若鶏もも肉 片栗粉 サラダ油 ジャが芋 ほうれん草 にんじん 煮干し 大豆水煮缶 トマトケチャップ 中濃ソース 上白糖 木綿豆腐 白ねぎ カットわかめ 麦味噌 パナナ	カルピス フレンチトースト
11	水	鶏と野菜のうま煮 春雨の酢の物 プリン	若鶏もも肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん たけのこ水煮缶 乾しいたけ さやいんげん 上白糖 穀物酢 サラダ油 中華だし 片栗粉 緑豆春雨 かに風味かまぼこ きゅうり 緑豆もやし いりごま プリン	牛乳 スティックパン
12	木	魚の照り焼き キャベツとコーンのサラダ ポテトスープ	あかうお 濃口しょうゆ みりん 上白糖 清酒 しょうが キャベツ コーン缶 きゅうり 玉ねぎ 赤パプリカ サラダ油 穀物酢 ジャが芋 にんじん さやいんげん ベーコン 固形フィヨン 塩	お茶 お好み焼き
13	金	吉田なすの麻婆丼 豆腐のすまし汁 トマトのシーザー風	なす 豚ミンチ 玉ねぎ にんじん 生しいたけ いら しょうが 米味噌 上白糖 パルメザンチーズ 清酒 片栗粉 ごま油 木綿豆腐 小ねぎ トマト シーチキン水煮 サウザンドレッシング きゅうり	牛乳 ポテトチップ
14	土	かやくうどん パナナ	うどん 鶏卵 赤板 若鶏もも肉 ほうれん草 にんじん 乾しいたけ 濃口しょうゆ 上白糖 サラダ油 薄口しょうゆ 清酒 昆布 かつお節 パナナ	ゼリー
16	月	高野豆腐のあられとじ ポテトサラダ すまし汁	鶏卵 凍り豆腐 若鶏もも肉 玉ねぎ にんじん 生しいたけ かつお節 上白糖 清酒 濃口しょうゆ ジャが芋 きゅうり コーン缶 ロースハム マヨネーズ 小松菜 ふなしめじ 昆布 薄口しょうゆ	牛乳 クッキー
17	火	鮭ご飯 竜田揚げ ベジスープ フルーツの盛り合わせ	紅鮭 いりごま 若鶏もも肉 濃口しょうゆ 片栗粉 サラダ油 トマト レタス ジャが芋 玉ねぎ チンゲン菜 にんじん 固形フィヨン 有塩バター パナナ バレンシアオレンジ パイン缶	カルピス ロールサンド
18	水	しょうが焼き 青菜のごま和え わかめスープ	豚もも肉 濃口しょうゆ 上白糖 しょうが 塩 こしょう 片栗粉 玉ねぎ 青ピーマン サラダ油 ほうれん草 にんじん えのきたけ いりごま カットわかめ 緑豆もやし 白ねぎ 中華だし	牛乳 ドーナツ
19	木	白身魚のムニエル 野菜のポタージュ オレンジ	あかうお 薄力粉 さやいんげん 赤パプリカ ふなしめじ サラダ油 有塩バター 玉ねぎ ジャが芋 クリームコーン缶 西洋かぼちゃ にんじん 牛乳 固形フィヨン 塩 こしょう パセリ ネーブル	お茶 焼きそば
20	金	お子様ビビンバ わかめスープ キューブサラダ	牛ミンチ 濃口しょうゆ 上白糖 緑豆もやし にんじん 小松菜 ごま油 いりごま 鶏卵 小ねぎ カットわかめ 木綿豆腐 中華だし 清酒 ジャが芋 西洋かぼちゃ 玉ねぎ ヨーグルト マヨネーズ	牛乳 せんべい
21	土	ちゃんぽん パナナ	中華めん 豚肩肉 赤板 キャベツ 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし きくらげ サラダ油 中華だし 薄口しょうゆ 塩 こしょう 小ねぎ パナナ	プリン
23	月	チキンカレー フレンチサラダ	若鶏もも肉 ジャが芋 玉ねぎ にんじん グリンピース サラダ油 カレールウ 薄力粉 スキムミルク 固形フィヨン キャベツ きゅうり 赤パプリカ コーン缶 みかん缶 穀物酢 塩	牛乳 カステラ
24	火	はんぺんフライ コーンのヨーグルトドレッシングサラダ ほうれん草のスープ	はんぺん 薄力粉 鶏卵 パン粉 パルメザンチーズ パセリ サラダ油 サラダ菜 コーン缶 きゅうり キャベツ にんじん ヨーグルト マヨネーズ ほうれん草 ジャが芋 玉ねぎ ソーセージ 固形フィヨン	お茶 お好み焼き
25	水	肉じゃが 青菜と油揚げのごま酢和え トマトのレモンシロップ漬け	牛もも肉 ジャが芋 にんじん 玉ねぎ しらたき サラダ油 さやいんげん 濃口しょうゆ 上白糖 清酒 小松菜 油揚げ いりごま トマト レモン果汁	牛乳 スティックパン
26	木	ミートローフ マカロニスープ フルーツヨーグルト	合挽ミンチ 玉ねぎ にんじん コーン缶 パン粉 スキムミルク 鶏卵 ウスターソース マカロニ トマト レタス ベーコン キャベツ ジャが芋 固形フィヨン ヨーグルト パナナ 白桃缶 パイン缶	カルピス アメリカンドッグ
27	金	煮魚 ハムサラダ 味噌汁	あかうお 清酒 濃口しょうゆ みりん 上白糖 玉ねぎ しょうが 小松菜 きゅうり にんじん ロースハム 穀物酢 サラダ油 いりごま 木綿豆腐 ジャが芋 カットわかめ 煮干し 麦味噌	牛乳 ポテトチップ
28	土	冷やしうどん パナナ	うどん 鶏卵 上白糖 サラダ油 きゅうり にんじん 乾しいたけ 油揚げ 濃口しょうゆ みりん 若鶏ささみ 昆布 かつお節 パナナ	ゼリー
30	月	ハヤシライス グリーンサラダ オレンジ	牛もも肉 ジャが芋 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ トマトケチャップ ウスターソース キャベツ きゅうり レタス アスパラガス コーン缶 ロースハム サラダ油 ネーブル	牛乳 クラッカー