



令和 7年 6月

認定こども園 根岸保育園

新メニュー 手作りおやつ

	献立名	離乳食	材 料 名	お や つ	
2月	麻婆豆腐 豆苗ナムル いちご 白ごはん 厚揚げの味噌汁	トロトロ豆腐 人参のスープ煮	木綿豆腐 豆苗 もやし 人参 いちご 厚揚げ ごぼう ほうれん草	前 後	牛乳 牛乳 黒糖パン
3火	豚の生姜焼き 小松菜のしらす和え パイン 白ごはん 大根の味噌汁	小松菜としらすのミルク煮 大根のだし煮	豚肉 玉葱 小松菜 しらす キャベツ パイン 大根 油揚げ 人参	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 ホットケーキ
4水	福神漬 棒棒鶏サラダ いちご ハンバーグカレーライス たまごスープ	鶏肉と玉葱のスープ煮 マッシュポテト	福神漬 鶏肉 きゅうり キャベツ いちご ハンバーグ 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 鶏卵 春雨	前 後	ヤクルト 麦茶 さつまいもスティック
5木	鮭のマヨネーズ焼き ひじきサラダ パナナ 白ごはん 🌟キャベツえのきスープ	キャベツのだし煮 人参のミルク煮	鮭 粒コーン ひじき きゅうり 鶏ささみ肉 パナナ キャベツ えのき 人参 干し椎茸 ウインナー	前 後	牛乳 プリン おせんべい
6金	ミートソースパスタ コールスローサラダ キウイフルーツ クロワッサン 白菜ベーコンスープ	白菜のスープ煮 人参とキャベツのミルク煮	ミートソース パスタ キャベツ 粒コーン キウイフルーツ クロワッサン 白菜 ベーコン 人参 春雨	前 後	牛乳 麦茶 フライドポテト
7土	根岸保育園 運動会 場所 下長ドーム				
9月	ひじきの煮物 たくあん パイン 親子丼 キャベツの味噌汁	トロトロ豆腐 鶏肉とキャベツのだし煮	ひじき 人参 油揚げ しらす たくあん パイン 鶏肉 玉葱 鶏卵 キャベツ	前 後	牛乳 カルピスボンチ
10火	福神漬 コロコロサラダ いちご ポークカレーライス モロヘイヤスープ	さつまいものミルク煮 モロヘイヤとしらすのスープ煮	福神漬 さつまいも きゅうり 人参 いちご 豚肉 玉葱 じゃが芋 モロヘイヤ しらす 鶏卵	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 傘型練り切り
11水	メンチカツ 海藻サラダ ラフランスゼリー なめ茸おにぎり 鶏汁	鶏肉のミルク煮 人参のだし煮	メンチカツ 海藻ミックス レタス ラフランスゼリー なめ茸 ツナ缶 鶏肉 人参 ごぼう しめじ 木綿豆腐	前 後	ヤクルト 牛乳 おかし
12木	イカリングフライ グリーンサラダ パナナ ふりかけごはん 豚汁	じゃが芋のスープ煮 キャベツのミルク煮	イカリングフライ レタス ブロッコリー きゅうり パナナ ふりかけ 豚肉 人参 ごぼう キャベツ しめじ	前 後	牛乳 牛乳 米粉ドック
13金	塩焼きそば トマトサラダ キウイフルーツ ロールパン ふわふわスープ	もやしのだし煮 マッシュポテト	中華麺 豚肉 もやし トマト サラダ菜 キウイフルーツ ロールパン じゃが芋 玉葱 人参 ベーコン 鶏卵	前 後	牛乳 牛乳 クレープ
14土	 お弁当交流デー 			前 後	牛乳 麦茶 おかし
16月	バラ焼き もやしの酢の物 パナナ 白ごはん 豆腐の味噌汁	人参と玉葱のスープ煮 トロトロ豆腐	牛肉 玉葱 人参 もやし ハム きゅうり パナナ 木綿豆腐 板麩 長葱	前 後	牛乳 ヨーグルト おせんべい
17火	ナゲット ほうれん草の胡麻和え パイン カルシウム納豆ごはん えのきの味噌汁	ほうれん草と人参のミルク煮 豆腐としらすのだし煮	ナゲット ほうれん草 人参 鰹節 パイン 納豆 しらす ひじき 小松菜 えのき 木綿豆腐 油揚げ	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 お楽しみパフェ
18水	福神漬 マカロニサラダ 黄桃缶 ハヤシライス 野菜スープ	トロトロマカロニ 人参とじゃが芋のスープ煮	福神漬 マカロニ ハム きゅうり 鶏卵 黄桃缶 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 白菜 ベーコン	前 後	ヤクルト りんごジュース クリームパン
19木	《お誕生会》鶏唐揚げ カリフラワーサラダ さくらんぼ ゆかりごはん たつぷりコンスープ	鶏肉のミルク煮 人参のだし煮	鶏肉 カリフラワー レタス サラダ菜 さくらんぼ ゆかり 粒コーン 人参 玉葱 鶏卵	前 後	牛乳 ガリガリ君カップアイス おせんべい
20金	鮭としめじの和風パスタ キャベツの蒸し鶏サラダ ジャムサンド 大根スープ キウイフルーツ	キャベツのミルク煮 大根のスープ煮	パスタ 鮭 しめじ 玉葱 キャベツ 鶏ささみ肉 食パン ジャム 豚肉 人参 大根 キウイフルーツ	前 後	牛乳 麦茶 さつまいもスティック
21土	餃子 きゅうりの酢の物 みそラーメン パナナ	トロトロワカメ もやしのだし煮	餃子 きゅうり わかめ カニカマ 中華麺 豚挽肉 人参 ニラ もやし 玉葱 パナナ	前 後	牛乳 麦茶 おかし
23月	焼魚(ほっけ) 切干ツナ大根 パイン缶 なめ茸ご飯 ニラの味噌汁	小松菜のミルク煮 トロトロ豆腐	ほっけ 切干大根 ツナ缶 人参 小松菜 パイン缶 なめ茸 ニラ 木綿豆腐 鶏卵	前 後	牛乳 牛乳 レーズンパン
24火	回鍋肉 もやしのナムル さくらんぼ 白ごはん 海鮮サンドゥブ	キャベツのスープ煮 もやしと人参のだし煮	豚肉 キャベツ ピーマン もやし 人参 さくらんぼ 鶏卵 木綿豆腐 ニラ イカ あさり しばえび	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 原宿ドック
25水	福神漬 フルーツヨーグルト チキンカレーライス マカロニスープ	鶏肉と人参のミルク煮 じゃが芋のスープ煮	福神漬 ヨーグルト 黄桃缶 みかん缶 さくらんぼ缶 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 マカロニ ベーコン	前 後	ヤクルト 牛乳 煮豆蒸しパン
26木	すき焼き風煮 小松菜のもやし和え パナナ 白ごはん ちくわの味噌汁	白菜と人参のだし煮 ほうれん草のミルク煮	牛肉 白菜 えのき 小松菜 もやし 人参 パナナ ちくわ ほうれん草 油揚げ	前 後	牛乳 牛乳 おかし
27金	🌟鶏ごぼうパスタ コーンサラダ さくらんぼ メロンパン ベーコンスープ	鶏肉と玉葱のスープ煮 人参のだし煮	鶏ひき肉 ごぼう 玉葱 粒コーン レタス さくらんぼ メロンパン ベーコン 人参 干し椎茸 キャベツ	前 後	牛乳 麦茶 さつまいもスティック
28土	春巻 ほうれん草のお浸し けんちんうどん キウイフルーツ	鶏肉のミルク煮 ほうれん草と人参のだし煮	春巻 ほうれん草 鰹節 ごま うどん 鶏肉 人参 ごぼう 生椎茸 キウイフルーツ	前 後	牛乳 麦茶 おかし
30月	焼肉(豚) いんげんの胡麻和え 洋梨缶 白ごはん しめじの味噌汁	玉葱のスープ煮 豆腐と人参のだし煮	豚肉 人参 玉葱 ピーマン いんげん ごま 洋梨缶 しめじ 木綿豆腐	前 後	牛乳 牛乳 パナナホットケーキ
1火	豆腐のきのこあんかけ 春雨の酢の物 さくらんぼ 白ごはん 白菜の味噌汁	トロトロ豆腐 白菜と人参のミルク煮	木綿豆腐 えのき 舞茸 春雨 きゅうり さくらんぼ 白菜 人参 油揚げ	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 黒糖パン

今月の平均カロリー 484kcal 平均たんぱく質 16.8g 平均脂質 18.2g 平均ナトリウム 1.5g