

6月行事・献立予定

令和7年度

あさひ保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
2	月	衣替え	御飯 親子うどん きんぴらごぼう ウインナー オレンジ	米 うどん 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 かまぼこ ねぎ ごぼう ビーマン 人参 ひじき ごま ウインナー オレンジ	豆乳 パナナ	カルシウムせんべい
3	火		御飯 白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ そうめんのすまし汁 パナナ	米 赤魚 卵 青のり キャベツ 人参 きゅうり コーン そうめん わかめ 人参 ねぎ パナナ	豆乳 せんべい	おにぎり
4	水	地域交流	御飯 揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物 きゅうり漬 麩の味噌汁 オレンジ	米 鶏肉 レモン 切り干し大根 人参 さつま揚げ いいだけ きゅうり 昆布 玉ねぎ 人参 小松菜 花麩 オレンジ	豆乳 ソフトせんべい	牛乳 クリームサンド
5	木	歯科検診	御飯 かき揚げ かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁 グレープフルーツ	米 玉ねぎ 人参 ごぼう 春菊 かにかまぼこ 人参 春雨 キャベツ もやし ごま えのき わかめ 生揚げ グレープフルーツ	りんごジュース	牛乳 豆腐ドーナツ
6	金	運動教室（ばんだ組）	御飯 白身魚のフライ コールスローサラダ 小松菜の味噌汁 パナナ	米 おひょう 卵 きゅうり レタス 人参 ハム コーン キャベツ 油揚げ 小松菜 玉ねぎ 人参 パナナ	豆乳クッキー	ぶどうゼリー
7	土				豆乳 せんべい	
9	月	田植え体験（そう組）	御飯 スパゲティーナポリタン キャベツのレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ グレープフルーツ	米 スパゲティー 豚肉 玉ねぎ 人参 パセリ キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参 ベーコン ミルク ほうれん草 グレープフルーツ	豆乳 あられ	牛乳 蒸しパン
10	火		御飯 コロッケ グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 オレンジ	米 じゃが芋 豚肉 玉ねぎ 卵 キャベツ きゅうり レタス コーン 豆腐 人参 わかめ 玉ねぎ オレンジ	豆乳 ビスケット	牛乳 甘辛煎餅
11	水		御飯 筑前煮 ブロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮 かき玉汁 パナナ	米 鶏肉 いんげん ごぼう 人参 れんこん ブロッコリー かつお節 小魚 ごま 玉ねぎ 人参 ほうれん草 卵 パナナ	オレンジゼリー	牛乳 カナッパ
12	木	地域交流	御飯 野菜たっぷりハヤシライス ブロッコリーサラダ パイン	米 玉ねぎ 人参 牛肉 しめじ じゃが芋 コーン パセリ にんにく ブロッコリー 人参 レタス きゅうり パイン	豆乳 せんべい	プリン
13	金	歯磨き米養教室	御飯 五目野菜つくね きゅうりのほりほり チーズ ほうれん草のすまし汁 パナナ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ごぼう れんこん いんげん ねぎ 生姜 きゅうり ごま チーズ ほうれん草 えのき 玉ねぎ パナナ	豆乳 オレンジ	牛乳 ココアラスク
14	土				豆乳 クラッカー	
16	月		御飯 ラーメン ウインナー 野菜のなめだけあえ オレンジ	米 中華めん 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし 葉ねぎ ウインナー キャベツ 人参 えのき オレンジ	豆乳 スティックパン	キャロットゼリー
17	火	内科健診	御飯 白身魚のシュンユイ さつま揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁 パナナ	米 赤魚 生姜 ねぎ さつま揚げ 人参 いんげん キャベツ わかめ 玉ねぎ パナナ	豆乳 ボーロ	牛乳 カルシウムパン
18	水	おはなしのもり	御飯 ビビンバ しゅうまい わかめスープ オレンジ	米 豚肉 焼肉のたれ ほうれん草 人参 もやし ごま 玉ねぎ 人参 春雨 にんにく 生姜 しゅうまいの皮 豚肉 わかめ ねぎ ごま オレンジ	豆乳 せんべい	牛乳 ほうれん草の蒸しパン
19	木	食育の日 サッカー教室	御飯 ★魚のボテサラ焼き ビーフンサラダ 小松菜と豆腐のすまし汁 パナナ	米 鮭 米粉 じゃが芋 人参 グリンピース ビーフン 玉ねぎ キャベツ 人参 ビーマン 小松菜 豆腐 パナナ	豆乳ビスケット	牛乳 ★いちごタルト風トースト
20	金		御飯 鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁 パイン	米 鯖 生姜 いか たくあん 人参 きゅうり キャベツ 豆腐 玉ねぎ ほうれん草 人参 パイン	豆乳 クラッカー	牛乳 米菓子
21	土				豆乳 甘辛せんべい	
23	月		御飯 ジャージャー麺風パスタ ポイルブロッコリー 冬瓜スープ オレンジ	米 スパゲティー 豚肉 生姜 にんにく 椎茸 玉ねぎ ねぎ ごま ブロッコリー 冬瓜 ねぎ わかめ オレンジ	豆乳 ボーロ	フルーツヨーグルト
24	火	運動教室（そう組）	御飯 チーズハンバーグ ブロッコリーのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ パナナ	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ チーズ 牛乳 卵 ブロッコリー 人参 玉ねぎ 人参 ベーコン コーン パナナ	豆乳 野菜かりんとう	牛乳 マカロニあべかわ
25	水		御飯 揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ オレンジ	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 ぎょうざの皮 きゅうり 人参 もやし ハム 春雨 もずく 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	豆乳 せんべい	牛乳 ジャムサンド
26	木	誕生会	おめでとウランチ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース パター えび じゃが芋 レタス きゅうり 人参 パイン	豆乳プリン	フルーツパフェ
27	金		御飯 肉じゃが 焼きししゃも スティックきゅうり なめこ汁 パナナ	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 いんげん ししゃも きゅうり 豆腐 なめこ ねぎ パナナ	フルーツゼリー	牛乳 メイプルサブレ
28	土				豆乳 サブレ	
30	月	プール開き	御飯 焼きそば かみかみ和え 生揚げと玉ねぎの味噌汁 オレンジ	米 中華麺 もやし 人参 キャベツ 豚肉 青のり さきいか 切干大根 きゅうり 人参 ツナ ごま 生揚げ 玉ねぎ わかめ オレンジ	豆乳 ボーロ	牛乳 シュガートースト

おめでとウランチ・・・チキンライス エビフライ フライドポテト レタスサラダ スパソテー パイン

食育の日のサンプル展示は5歳児です。 5歳児の主食（ご飯）の量は120gです。

今月の果物はバナナ パイン オレンジ グレープフルーツ などを予定しています。

都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★印は新メニューです。