

令和 6年 6月 給食予定献立表



給食目標

てあらいてから たべようね

令和 6年 6月 1日
幼保連携型認定こども園
六郷保育園
園長 工藤 圭
(担当 加藤)

月		火		水		木		金		土																																																																									
★ご当地メニュー new! 新メニュー (未満児付けあわせ) おやつ(未満児9時) 以上児3時半 <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>以上児</td><td>未満児</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td></td><td></td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td></td><td></td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td></td><td></td></tr></table>		エネルギー(kcal)	以上児	未満児	たんぱく質(g)			脂質(g)			塩分(g)			 ★朝ごはん★ でげんきいっぱい! いよいよ楽しみにしていた ☆六フェス☆の日がやってきますね! 朝ごはんは、一日のはじめの大事なスタートダッシュ!! 六フェス当日も元気に走れるように、 朝ごはんをしっかり食べる習慣をつけられるといいですね!  								 六フェス! 																																																													
エネルギー(kcal)	以上児	未満児																																																																																	
たんぱく質(g)																																																																																			
脂質(g)																																																																																			
塩分(g)																																																																																			
3 卵のチーズ焼き 豚肉と春雨の中華風和え物 あさりと小松菜のみそ汁 バナナ (かぼちゃ甘煮) (牛乳・えびせんべい) パインアイス・Caウエハース <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>304</td><td>430</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>15.4</td><td>16.0</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>12.7</td><td>12.3</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.4</td><td>1.3</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	304	430	たんぱく質(g)	15.4	16.0	脂質(g)	12.7	12.3	塩分(g)	1.4	1.3	4 鶏肉と野菜の炒め物 たまご豆腐 わかめスープ バナナ (大根スティック) (麦茶・野菜スナック) 牛乳・たこ焼きおにぎり <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>348</td><td>423</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>18.1</td><td>16.0</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>13.6</td><td>11.9</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.6</td><td>1.4</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	348	423	たんぱく質(g)	18.1	16.0	脂質(g)	13.6	11.9	塩分(g)	1.6	1.4	5 ろくごうランチ たけのごはん 花卵 揚げ春雨サラダ すまし汁 りんごゼリー (完全給) (麦茶・ポテトスナック) 牛乳・てづくりクッキー <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>574</td><td>450</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>26.7</td><td>20.6</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>21.0</td><td>15.3</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.4</td><td>1.2</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	574	450	たんぱく質(g)	26.7	20.6	脂質(g)	21.0	15.3	塩分(g)	1.4	1.2	6 ぶどうぐみクッキング しらす納豆 ★高野豆腐のオランダ煮 もやしみそ汁 オレンジ (アスパラガス) (麦茶・ビスケット) ソファル元気ヨーグルト <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>352</td><td>442</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>23.8</td><td>21.7</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>14.0</td><td>12.0</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.4</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	352	442	たんぱく質(g)	23.8	21.7	脂質(g)	14.0	12.0	塩分(g)	1.5	1.4	7 ほっけの照り焼き キャベツサラダ けんちん汁 オレンジ (コーンソーテー) (牛乳・たまごボーロ) 牛乳・★みそたんぽ <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>343</td><td>420</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>21.8</td><td>18.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>9.1</td><td>9.5</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.4</td><td>1.1</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	343	420	たんぱく質(g)	21.8	18.9	脂質(g)	9.1	9.5	塩分(g)	1.4	1.1	8 すき焼き風煮 たまごやき おひたし バナナ (のり佃煮) (麦茶・えびせんべい) 牛乳・鉄ウエハース <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>337</td><td>402</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>13.8</td><td>13.1</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>21.7</td><td>17.2</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>0.8</td><td>0.7</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	337	402	たんぱく質(g)	13.8	13.1	脂質(g)	21.7	17.2	塩分(g)	0.8	0.7
エネルギー(kcal)	304	430																																																																																	
たんぱく質(g)	15.4	16.0																																																																																	
脂質(g)	12.7	12.3																																																																																	
塩分(g)	1.4	1.3																																																																																	
エネルギー(kcal)	348	423																																																																																	
たんぱく質(g)	18.1	16.0																																																																																	
脂質(g)	13.6	11.9																																																																																	
塩分(g)	1.6	1.4																																																																																	
エネルギー(kcal)	574	450																																																																																	
たんぱく質(g)	26.7	20.6																																																																																	
脂質(g)	21.0	15.3																																																																																	
塩分(g)	1.4	1.2																																																																																	
エネルギー(kcal)	352	442																																																																																	
たんぱく質(g)	23.8	21.7																																																																																	
脂質(g)	14.0	12.0																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.4																																																																																	
エネルギー(kcal)	343	420																																																																																	
たんぱく質(g)	21.8	18.9																																																																																	
脂質(g)	9.1	9.5																																																																																	
塩分(g)	1.4	1.1																																																																																	
エネルギー(kcal)	337	402																																																																																	
たんぱく質(g)	13.8	13.1																																																																																	
脂質(g)	21.7	17.2																																																																																	
塩分(g)	0.8	0.7																																																																																	
10 ★チキンチキンごぼう コールスローサラダ いもみそ汁 バナナ (ひじきごはん) (麦茶・ビスケット) フルーツヨーグルト <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>369</td><td>444</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>15.3</td><td>14.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>18.1</td><td>15.7</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.7</td><td>1.7</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	369	444	たんぱく質(g)	15.3	14.9	脂質(g)	18.1	15.7	塩分(g)	1.7	1.7	11 ★中みそラーメン ブロックリーサラダ オレンジ (えだまめごはん) (牛乳・コーンスナック) あじさいゼリー <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>350</td><td>467</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>17.5</td><td>17.6</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>11.1</td><td>14.7</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.7</td><td>1.5</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	350	467	たんぱく質(g)	17.5	17.6	脂質(g)	11.1	14.7	塩分(g)	1.7	1.5	12 りんごぐみクッキング 豆腐カレー はるさめサラダ カルピス (ちくわソーテー) (牛乳・やさいせんべい) 牛乳・ホットケーキ <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>443</td><td>515</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>19.3</td><td>19.6</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>15.1</td><td>13.5</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>2.0</td><td>2.2</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	443	515	たんぱく質(g)	19.3	19.6	脂質(g)	15.1	13.5	塩分(g)	2.0	2.2	13 中華風カツ エビとコーンの和風ソーテー 豆腐みそ汁 バナナ (きゅうり) (麦茶・スティックゼリー) 牛乳・マーブルケーキ <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>487</td><td>521</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>21.2</td><td>17.3</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>22.7</td><td>17.0</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.3</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	487	521	たんぱく質(g)	21.2	17.3	脂質(g)	22.7	17.0	塩分(g)	1.5	1.3	14 豆腐の鶏そぼろあんかけ だし巻きたまご さといもみそ汁 バナナ (ごまふりかけ) (麦茶・黒糖せんべい) 牛乳・麴ラスク <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>411</td><td>461</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>23.7</td><td>20.8</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>23.7</td><td>19.3</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.2</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	411	461	たんぱく質(g)	23.7	20.8	脂質(g)	23.7	19.3	塩分(g)	1.5	1.2	15 白菜鍋 イカフライ もやしのごま和え バナナ (煮豆) (麦茶・スティックゼリー) 牛乳・せんべい <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>307</td><td>394</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>15.6</td><td>13.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>13.4</td><td>9.4</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.2</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	307	394	たんぱく質(g)	15.6	13.9	脂質(g)	13.4	9.4	塩分(g)	1.5	1.2
エネルギー(kcal)	369	444																																																																																	
たんぱく質(g)	15.3	14.9																																																																																	
脂質(g)	18.1	15.7																																																																																	
塩分(g)	1.7	1.7																																																																																	
エネルギー(kcal)	350	467																																																																																	
たんぱく質(g)	17.5	17.6																																																																																	
脂質(g)	11.1	14.7																																																																																	
塩分(g)	1.7	1.5																																																																																	
エネルギー(kcal)	443	515																																																																																	
たんぱく質(g)	19.3	19.6																																																																																	
脂質(g)	15.1	13.5																																																																																	
塩分(g)	2.0	2.2																																																																																	
エネルギー(kcal)	487	521																																																																																	
たんぱく質(g)	21.2	17.3																																																																																	
脂質(g)	22.7	17.0																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.3																																																																																	
エネルギー(kcal)	411	461																																																																																	
たんぱく質(g)	23.7	20.8																																																																																	
脂質(g)	23.7	19.3																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.2																																																																																	
エネルギー(kcal)	307	394																																																																																	
たんぱく質(g)	15.6	13.9																																																																																	
脂質(g)	13.4	9.4																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.2																																																																																	
17 開花煮 納豆ツナバーグ 野菜サラダ バナナ (わかめごはん) (麦茶・えびせんべい) 和風みるくもち <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>505</td><td>503</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>29.1</td><td>22.6</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>21.0</td><td>16.3</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.1</td><td>1.3</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	505	503	たんぱく質(g)	29.1	22.6	脂質(g)	21.0	16.3	塩分(g)	1.1	1.3	18 クルトン入りシチュー もやしの炒め物 味つけ卵 オレンジ (きゅうり) (牛乳・ポテトスナック) 麦茶・青菜おにぎり <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>403</td><td>487</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>20.8</td><td>19.8</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>13.3</td><td>13.1</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.8</td><td>1.4</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	403	487	たんぱく質(g)	20.8	19.8	脂質(g)	13.3	13.1	塩分(g)	1.8	1.4	19 食育の日 五目うま煮 白菜のごま和え 卵のふわふわ汁 オレンジ (チーズ) (麦茶・たまごボーロ) 牛乳・てるてるぼうずnew! <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>303</td><td>375</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>20.0</td><td>18.3</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>12.3</td><td>11.4</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.7</td><td>1.6</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	303	375	たんぱく質(g)	20.0	18.3	脂質(g)	12.3	11.4	塩分(g)	1.7	1.6	20 スイートポテトコロケ 大豆佃煮 吉野汁 バナナ (鮭フレーク) (麦茶・どうぶつビスケット) ももヨーグルト <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>452</td><td>485</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>23.1</td><td>21.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>14.8</td><td>12.1</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.2</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	452	485	たんぱく質(g)	23.1	21.9	脂質(g)	14.8	12.1	塩分(g)	1.5	1.2	21 納豆オムレツ 切り干し大根サラダ ハムスープ オレンジ (粉ふきいも) (牛乳・スティックゼリー) ヤクルト・ジャムサンド <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>413</td><td>505</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>16.7</td><td>17.2</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>13.0</td><td>12.2</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.4</td><td>1.1</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	413	505	たんぱく質(g)	16.7	17.2	脂質(g)	13.0	12.2	塩分(g)	1.4	1.1	22 五目ひじき ちくわきゅうり のっぺい汁 バナナ (さつまいもマッシュ) (牛乳・えびせんべい) 牛乳・プアマンケーキ <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>401</td><td>493</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>15.1</td><td>16.2</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>16.4</td><td>15.0</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.2</td><td>1.2</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	401	493	たんぱく質(g)	15.1	16.2	脂質(g)	16.4	15.0	塩分(g)	1.2	1.2
エネルギー(kcal)	505	503																																																																																	
たんぱく質(g)	29.1	22.6																																																																																	
脂質(g)	21.0	16.3																																																																																	
塩分(g)	1.1	1.3																																																																																	
エネルギー(kcal)	403	487																																																																																	
たんぱく質(g)	20.8	19.8																																																																																	
脂質(g)	13.3	13.1																																																																																	
塩分(g)	1.8	1.4																																																																																	
エネルギー(kcal)	303	375																																																																																	
たんぱく質(g)	20.0	18.3																																																																																	
脂質(g)	12.3	11.4																																																																																	
塩分(g)	1.7	1.6																																																																																	
エネルギー(kcal)	452	485																																																																																	
たんぱく質(g)	23.1	21.9																																																																																	
脂質(g)	14.8	12.1																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.2																																																																																	
エネルギー(kcal)	413	505																																																																																	
たんぱく質(g)	16.7	17.2																																																																																	
脂質(g)	13.0	12.2																																																																																	
塩分(g)	1.4	1.1																																																																																	
エネルギー(kcal)	401	493																																																																																	
たんぱく質(g)	15.1	16.2																																																																																	
脂質(g)	16.4	15.0																																																																																	
塩分(g)	1.2	1.2																																																																																	
24 ★がめ煮 きゅうりの甘酢 かきたまみそ汁 オレンジ (ハム) (麦茶・どうぶつビスケット) 牛乳・ミルクパン <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>301</td><td>363</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>17.5</td><td>15.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>12.7</td><td>10.4</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.6</td><td>1.4</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	301	363	たんぱく質(g)	17.5	15.9	脂質(g)	12.7	10.4	塩分(g)	1.6	1.4	25 トマトカレー スパゲティーサラダ 煮豆 カルピス (ブロックリー) (牛乳・スティックゼリー) 牛乳・バナナ <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>382</td><td>480</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>13.7</td><td>15.1</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>10.1</td><td>10.4</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.6</td><td>1.4</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	382	480	たんぱく質(g)	13.7	15.1	脂質(g)	10.1	10.4	塩分(g)	1.6	1.4	26 さくらんぼぐみクッキング ★チャブチェ 焼きハム なめこみそ汁 バナナ (かぼちゃ甘煮) (麦茶・たまごボーロ) 牛乳・パン耳ラスク <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>352</td><td>431</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>15.0</td><td>13.8</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>16.6</td><td>13.0</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.1</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	352	431	たんぱく質(g)	15.0	13.8	脂質(g)	16.6	13.0	塩分(g)	1.5	1.1	27 たらうの南蛮漬 ほうれん草のごま和え 豚肉ともやしのスープ オレンジ (夕焼けご飯) (牛乳・ポテトスナック) みかんゼリー <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>339</td><td>431</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>20.3</td><td>19.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>13.3</td><td>12.5</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.6</td><td>1.6</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	339	431	たんぱく質(g)	20.3	19.9	脂質(g)	13.3	12.5	塩分(g)	1.6	1.6	28 炒め納豆 マカロニサラダ 塩ちゃんこ汁 バナナ (ちくわソーテー) (麦茶・えびせんべい) ヨーグルトムース <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>447</td><td>464</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>20.5</td><td>19.0</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>23.6</td><td>15.5</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>1.5</td><td>1.4</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	447	464	たんぱく質(g)	20.5	19.0	脂質(g)	23.6	15.5	塩分(g)	1.5	1.4	29 りんごぐみカラフルDAY マーボー豆腐 チーズオムレツ 付け合わせ バナナ (アスパラガス) (麦茶・黒糖せんべい) 牛乳・鉄ウエハース <table><tr><td>エネルギー(kcal)</td><td>352</td><td>424</td></tr><tr><td>たんぱく質(g)</td><td>16.1</td><td>14.9</td></tr><tr><td>脂質(g)</td><td>20.7</td><td>16.9</td></tr><tr><td>塩分(g)</td><td>0.9</td><td>0.7</td></tr></table>		エネルギー(kcal)	352	424	たんぱく質(g)	16.1	14.9	脂質(g)	20.7	16.9	塩分(g)	0.9	0.7
エネルギー(kcal)	301	363																																																																																	
たんぱく質(g)	17.5	15.9																																																																																	
脂質(g)	12.7	10.4																																																																																	
塩分(g)	1.6	1.4																																																																																	
エネルギー(kcal)	382	480																																																																																	
たんぱく質(g)	13.7	15.1																																																																																	
脂質(g)	10.1	10.4																																																																																	
塩分(g)	1.6	1.4																																																																																	
エネルギー(kcal)	352	431																																																																																	
たんぱく質(g)	15.0	13.8																																																																																	
脂質(g)	16.6	13.0																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.1																																																																																	
エネルギー(kcal)	339	431																																																																																	
たんぱく質(g)	20.3	19.9																																																																																	
脂質(g)	13.3	12.5																																																																																	
塩分(g)	1.6	1.6																																																																																	
エネルギー(kcal)	447	464																																																																																	
たんぱく質(g)	20.5	19.0																																																																																	
脂質(g)	23.6	15.5																																																																																	
塩分(g)	1.5	1.4																																																																																	
エネルギー(kcal)	352	424																																																																																	
たんぱく質(g)	16.1	14.9																																																																																	
脂質(g)	20.7	16.9																																																																																	
塩分(g)	0.9	0.7																																																																																	

※以上児はご飯を持参しているため、主食分の栄養価は含まれておりません。