

令和7年 6月分 3歳未満児献立表				かすみ台第二保育園			
日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄養価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
2月	他人井味噌汁 ゆかり和えゼリー	精白米／三温糖／三温糖／オレンジゼリー／ホットケーキmix（昭和）／サラダ油	牛乳／豚小間／豚ばら（脂身付）／★たまご／削り節（マルモト）／絹ごし豆腐／エダムチーズ／木綿豆腐	玉葱／にんじん／万能ねぎ／なめこ／長ねぎ／キャベツ／きゅうり／こまつな／ゆかり	牛乳 ★もちもち豆腐チーズ	エネルギー 541 kcal たんぱく質 24.7 g	
					牛乳	脂 質 19.7 g 食塩相当量 1.5 g	
3月	若布ご飯 味噌汁 鶏唐揚げ ブロッコリーのおかか和え 果物（バナナ）	精白米／かたくり粉／サラダ油／食パン ⑥／ホットケーキmix（森永）／無塩バター／三温糖／グラニュー糖	牛乳／若布ごはんの素／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／削り節（マルモト）／鶏若鶏肉モモ（皮付き）／手もみ造り本かつお節	玉葱／ブロッコリー／にんじん／バナナ／レモン	牛乳 ★メロン食パン	エネルギー 442 kcal たんぱく質 18.7 g	
					牛乳	脂 質 13.6 g 食塩相当量 1.9 g	
4月	塩わかめラーメン 珍珠丸子 新玉ねぎと豆苗のナムル 果物（オレンジ）	中華めん（ゆで）／とうもろこし缶詰（㈬㈬）／三温糖／ごま油／もち米／ごま（いり）／ホットケーキmix（森永）／グラニュー糖／無塩バター	牛乳／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／焼き豚／豚ひき肉／のむのむ ヨーグルト／★たまご／牛乳 900ml	長ねぎ／玉葱／たけのこ（ゆで）／しょうが／新玉葱／豆苗／ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾞ もやし／にんじん／パレンシアオレンジ	飲むヨーグルト ★パウンドケーキ	エネルギー 566 kcal たんぱく質 20.1 g	
					牛乳	脂 質 20.8 g 食塩相当量 1.1 g	
5月	グリーンピースご飯 味噌汁 ハンバーグ 春雨のあえもの 果物（メロン）	精白米／パン粉（乾燥）／三温糖／普通はるさめ（乾）／ごま（いり）／ごま油／三温糖／じゃがいも／有塩バター／かたくり粉／サラダ油	牛乳／木綿豆腐／削り節（マルモト）／豚ひき肉／ハム（無添加）／むきかだい／★たまご	グリーンピース／ねぎ／玉葱／きゅうり／にんじん／メロン（露地）	牛乳 ★フィッシュボール	エネルギー 500 kcal たんぱく質 22.4 g	
					牛乳	脂 質 20.4 g 食塩相当量 2.7 g	
6月	バターロールパン オニオンスープ ポークビーンズ フレンチサラダ 果物（バナナ）	ロールパン／有塩バター／サラダ油／じゃがいも／三温糖／グラニュー糖／ホットケーキmix（昭和）	牛乳／豚小間／大豆（国産、ゆで）／ハム（無添加）／クリームチーズ／★たまご	玉葱／にんじん／トマト缶詰（ダイス）／トマトピューレ／きゅうり／キャベツ／バナナ	麦茶 ★チーズ蒸しケーキ	エネルギー 487 kcal たんぱく質 18.9 g	
					牛乳	脂 質 20.8 g 食塩相当量 2.1 g	
7月	スパゲティーナポリタン コーンとひき肉のスープ ブロッコリーサラダ 果物（バナナ）	スパゲッティ／サラダ油／とうもろこし缶詰（ｸﾘｰﾑ）／精白米	牛乳／ウインナー（無添加）／鶏若鶏肉ひき肉／ハム（無添加）／手もみ造り本かつお節	にんじん／青ピーマン／玉葱／ブロッコリー／きゅうり／キャベツ／バナナ	麦茶 ★おかかおにぎり	エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.7 g	
					牛乳	脂 質 15.9 g 食塩相当量 2.3 g	
9月	ごはん 豚汁 鯖のみそ煮 ごまマヨ和え 果物（オレンジ）	精白米／じゃがいも／糸こんにゃく／三温糖／白すり胡麻／インスタントマカロニ／サラダ油	牛乳／豚小間／まさば／焼き竹輪／ウインナー（無添加）	にんじん／だいこん／ねぎ／ごぼう／しょうが／キャベツ／ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾞ もやし／こまつな／パレンシアオレンジ／青ピーマン／玉葱	牛乳 ★ケチャップマカロニ	エネルギー 458 kcal たんぱく質 19.3 g	
					牛乳	脂 質 17.8 g 食塩相当量 2.2 g	
10月	コッペパン ジュリエンスープ タンドリーチキン 短冊サラダ 果物（バナナ）	コッペパン（大）／じゃがいも／サラスパ／ごま油／三温糖／精白米／味付き白ごま	牛乳／ﾍﾞｰｺﾝ（無添加）／鶏若鶏肉モモ（皮付き）／ブルガリアヨーグルト／甘塩鮭／ﾌｼﾞｺの塩昆布／サラダチーズ	にんじん／だいこん／玉葱／セロリー／おろしにんにく（チューブ）／きゅうり／バナナ／ブロッコリー	麦茶 ★鮭チーズおにぎり	エネルギー 448 kcal たんぱく質 20.5 g	
					牛乳	脂 質 14.3 g 食塩相当量 2.1 g	
11月	ジャージャーめん きのこスープ 蒸し鶏と野菜のｺﾏ和え 果物（オレンジ）	中華めん（ゆで）／三温糖／ごま油／かたくり粉／白すり胡麻／コッペパン（大）／サラダ油／三温糖	牛乳／豚ひき肉／鶏若鶏肉さき身／きな粉（大豆）	玉葱／にんじん／きゅうり／えのきたけ／ほんしめじ／キャベツ／りょくとうもやし／こまつな／パレンシアオレンジ	牛乳 ★揚げパン	エネルギー 510 kcal たんぱく質 23.3 g	
					牛乳	脂 質 20.9 g 食塩相当量 2.2 g	
12月	カレーライス 中華風かき玉ｽｰﾌﾟ イカと野菜のサラダ ミルクプリン	精白米／じゃがいも／サラダ油／かたくり粉／三温糖／パイシート／いちごジャム	牛乳／豚小間／★たまご／いかくん製／白いミルクプリン（乳）	玉葱／にんじん／ほうれんそう／長ねぎ／おろしにんにく（チューブ）／きゅうり／キャベツ／トマト	牛乳 ★くるくるパイロール	エネルギー 519 kcal たんぱく質 17.3 g	
					牛乳	脂 質 21.1 g 食塩相当量 1.8 g	
13月	ごはん 味噌汁 ブルコギ風 チョレギサラダ 果物（バナナ）	精白米／ごま油／薄力粉／無塩バター／グラニュー糖／メープルシロップ	牛乳／生揚げ／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／削り節（マルモト）／豚小間／豚ばら（脂身付）／豚ロース（スライス）／ハム（無添加）／焼きのり／韓国のり	玉葱／にんじん／にら／キャベツ／きゅうり／バナナ	牛乳 ★スコーン	エネルギー 513 kcal たんぱく質 19.4 g	
					牛乳	脂 質 20.9 g 食塩相当量 1.5 g	
14月	焼肉丼 味噌汁 大根とかかみのサラダ ゼリー	精白米／三温糖／サラダ油／ごま油／オレンジゼリー／ホットケーキmix（昭和）／メープルシロップ	牛乳／豚ロース（スライス）／油揚げ／削り節（マルモト）／カニカマ卵なし	玉葱／にら／こまつな／だいこん／にんじん／ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾞ もやし／きゅうり	牛乳 ★ホットケーキ	エネルギー 535 kcal たんぱく質 22.1 g	
					牛乳	脂 質 18.2 g 食塩相当量 1.9 g	
16月	タコ飯 味噌汁 鰯の南蛮漬け きゅうり華風和え 果物（オレンジ）	精白米／三温糖／かたくり粉／サラダ油／三温糖／ごま油／ホットケーキmix（昭和）／とうもろこし缶詰（㈬㈬）	牛乳／まだこ／油揚げ／削り節（マルモト）／まあじ／★たまご／ﾍﾞﾂｳ用チーズ／ウインナー（無添加）	しょうが／えのきたけ／玉葱／青ピーマン／にんじん／レタス／きゅうり／パレンシアオレンジ／パブリカ（赤）／ズッキーニ	牛乳 ★ケーキサレ	エネルギー 518 kcal たんぱく質 27.7 g	
					牛乳	脂 質 18.0 g 食塩相当量 3.4 g	

令和7年 6月分 3歳未満児献立表				かすみ台第二保育園			
日／曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		午前	
17 ／ 火	ピビンバ 鶏団子のスープ じゃが芋の味噌炒め 果物（バナナ）	精白米／ごま（いり）／ごま油／かたくり粉／じゃがいも／サラダ油／ホットケーキmix（森永）	牛乳／豚ひき肉／鶏若鶏肉ひき肉／ベーコン（無添加）／魚肉ソーセージ	ほうれんそう／だいずもやし／にんじん／葉ねぎ／しょうが／豆苗／長ねぎ／玉葱／青ピーマン／バナナ	牛乳 ☆アメリカンドック風	エネルギー 518 kcal たんぱく質 23.4 g	
					牛乳	脂 質 20.0 g 食塩相当量 2.6 g	
18 ／ 水	『あめあめランチ』 ちらし寿司 味噌汁 チキンの照焼き 春雨サラダ 果物（メロン）	精白米／三温糖／三温糖／普通はるさめ（乾）／ごま油／サラダ油／氷糖みつ／アツパノンのソフトせんべい	牛乳／油揚げ／削り節（マルモト）／焼きのり／のりつくだ煮／木綿豆腐／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／鶏若鶏肉モモ（皮付き）／ハム（無添加）／カップゼリーの素	にんじん／生しいたけ（菌床栽培、生）／さやいんげん／きゅうり／メロン（露地）	牛乳 ☆あじさいゼリー	エネルギー 522 kcal たんぱく質 22.4 g	
					牛乳	脂 質 17.5 g 食塩相当量 2.2 g	
19 ／ 木	あんかけ焼きそば コーンとひき肉のスープ ちくわの梅マヨ和え 果物（バナナ）	蒸し中華めん／ごま油／三温糖／かたくり粉／とうもろこし缶詰（クリーム）／黒糖蒸しパンmix／サラダ油	牛乳／豚小間／ロールイルカ／むきえび／鶏若鶏肉ひき肉／焼き竹輪／絹ごし豆腐／牛乳 900ml	にんじん／りょくとうもやし／チンゲンツアイ／玉葱／きゅうり／紀州梅B／バナナ	牛乳 ☆サーターアングギー	エネルギー 484 kcal たんぱく質 20.8 g	
					牛乳	脂 質 18.1 g 食塩相当量 3.4 g	
20 ／ 金	麦ごはん 味噌汁 マーボー春雨 ナムル 果物（オレンジ）	精白米／押し麦／じゃがいも／緑豆はるさめ／ごま油／三温糖／かたくり粉／ごま（いり）／食パン ⑧／有塩バター	牛乳／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／削り節（マルモト）／豚ひき肉／カニカマ卵なし／きさみのり／★たまご／スライスチーズ／★プレスハム	長ねぎ／玉葱／にんじん／にら／しょうが／おろしにんにく（チューブ）／きゅうり／こまつな／りょくとうもやし／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆クロックムッシュ	エネルギー 577 kcal たんぱく質 23.2 g	
					牛乳	脂 質 17.4 g 食塩相当量 2.7 g	
21 ／ 土	ハヤシライス 若布と玉葱スープ ツナサラダ 果物（バナナ）	精白米／じゃがいも／サラダ油／三温糖／食パン ⑧／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／豚小間／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／ツナフレークレトルト	にんじん／玉葱／ねぎ／きゅうり／キャベツ／バナナ	牛乳 ☆シュガートースト	エネルギー 495 kcal たんぱく質 17.7 g	
					牛乳	脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.2 g	
23 ／ 月	ごはん オクラスープ チーズはんぺんフライ トマトサラダ 果物（バナナ）	精白米／薄力粉／パン粉（乾燥）／サラダ油／三温糖／ごま油／ホットケーキmix（森永）／有塩バター／グラニュー糖	牛乳／豚小間／★はんぺんちーず／ちりめんじゃこ／★たまご	刻みオクラ（冷凍）／にんじん／トマト／ほうれんそう／きゅうり／玉葱／バナナ	牛乳 ☆焼きチュロス	エネルギー 492 kcal たんぱく質 17.0 g	
					牛乳	脂 質 18.2 g 食塩相当量 2.3 g	
24 ／ 火	ナン キャベツスープ キーマカレー シュフレサラダ プリン	ナン／サラダ油／三温糖／ごま油／★とろけるプリン（乳・卵・大）／精白米	牛乳／ベーコン（無添加）／豚ひき肉／ハム（無添加）／焼き豚／★たまご	玉葱／キャベツ／にんじん／青ピーマン／おろしにんにく（チューブ）／しょうが／トマト缶詰（ホール）／きゅうり／こねぎ	麦茶 ☆チャーハン	エネルギー 548 kcal たんぱく質 21.9 g	
					牛乳	脂 質 25.7 g 食塩相当量 2.7 g	
25 ／ 水	ごはん だご汁 焼きさけ 肉じゃが 果物（オレンジ）	精白米／薄力粉／じゃがいも／しらたき／三温糖／蒸し中華めん／サラダ油／★揚げ玉	牛乳／鶏小間／削り節（マルモト）／甘塩鮭／豚小間／あおのり	だいこん／にんじん／生しいたけ（菌床栽培、生）／ごぼう／葉ねぎ／玉葱／パレンシアオレンジ／キャベツ／りょくとうもやし	麦茶 ☆焼きそば	エネルギー 511 kcal たんぱく質 27.4 g	
					牛乳	脂 質 15.9 g 食塩相当量 1.9 g	
26 ／ 木	しらすごはん 味噌汁 春巻き ひじきサラダ 果物（バナナ）	精白米／味付き白ごま／春巻きの皮／薄力粉／ごま油／かたくり粉／サラダ油／三温糖／無塩バター／三温糖／ホットケーキmix（昭和）／ハーシーチョコソース	牛乳／しらす干し／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）／削り節（マルモト）／豚小間／干ひじき（ステンレス金、乾）／カニカマ卵なし／のむのむ ヨーグルト	まいたけ／玉葱／りょくとうもやし／たけのこ（ゆで）／にんじん／きゅうり／バナナ	飲むヨーグルト ☆マーブルケーキ	エネルギー 510 kcal たんぱく質 17.7 g	
					牛乳	脂 質 15.4 g 食塩相当量 2.1 g	
27 ／ 金	菜飯 すまし汁 鶏肉の酢豚風 わかめサラダ 果物（オレンジ）	精白米／花ふ／かたくり粉／サラダ油／三温糖／ごま油／三温糖／食パン ⑧／いちごジャム／ソフトタイプマーガリン	牛乳／菜飯の素（三島）／削り節（マルモト）／鶏若鶏肉モモ（皮付き）／ハム（無添加）／湯通し塩蔵わかめ（塩抜き）	長ねぎ／玉葱／にんじん／青ピーマン／たけのこ（ゆで）／キャベツ／きゅうり／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆ジャムバタサンド	エネルギー 557 kcal たんぱく質 20.3 g	
					牛乳	脂 質 17.9 g 食塩相当量 2.3 g	
28 ／ 土	ツナピラフ トマトスープ ハムサラダ プリン	精白米／サラダ油／三温糖／ごま油／★とろけるプリン（乳・卵・大）／じゃがいも	牛乳／まぐろ缶詰（油漬フレーグイト）／ベーコン（無添加）／ハム（無添加）	玉葱／トマト缶詰（ダイス）／キャベツ／きゅうり／ブロッコリー／にんじん	牛乳 ☆ゆでじゃがいも	エネルギー 514 kcal たんぱく質 18.1 g	
					牛乳	脂 質 25.2 g 食塩相当量 2.1 g	
30 ／ 月	ふりかけごはん 豆腐のかきたまスープ 茄子と豚肉のみそ炒め 切干大根のサラダ 果物（オレンジ）	精白米／かたくり粉／三温糖／ごま油／ごま（いり）／薄力粉／サラダ油／糸こんにゃく／三温糖	牛乳／木綿豆腐／★たまご／豚小間／豚ばら（脂身付）／カニカマ卵なし／干ひじき（ステンレス金、乾）／油揚げ／削り節（マルモト）	にら／なす／玉葱／さやいんげん／おろしにんにく（チューブ）／切干しだいこん／にんじん／きゅうり／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆ひじきのおやき	エネルギー 519 kcal たんぱく質 19.5 g	
					牛乳	脂 質 20.8 g 食塩相当量 1.6 g	
（★印はアレルギー除去対象食品です） 食材の都合で献立内容を変更する場合があります。			月 平 均 栄 養 価	エネルギー 511kcal 脂 質 18.8 g	タンパク質 20.9g 食塩相当量 2.2g		