



# 2024年度 6月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	土	ポーロ 牛乳	スタミナうどん さつま芋煮 バナナ	鮭おにぎり 牛乳	
2	日				
3	月	クッキー 牛乳	ごはん あさりのみそ汁 タンドリーチキン ポパイソテー パイン	ココアトースト 牛乳	せんべい ほうじ茶
4	火	ビスケット 牛乳	ごはん 水菜のすまし汁 鱈のみそ焼き 炒り豆腐 バナナ	小豆クリームサンド 牛乳	せんべい ほうじ茶
5	水	クッキー ほうじ茶	五目ラーメン いんげんのごま和え フルーツ缶	ゆかりしらすごはん 牛乳	せんべい ほうじ茶
6	木	せんべい ほうじ茶	麦ごはん かき玉汁 かわいいのパン粉焼き もやしのナムル オレンジ	キャロットケーキ カルピス	ポーロ ほうじ茶
7	金	せんべい ほうじ茶	レーズンパン 豆乳スープ チーズオムレツ ビーフンソテー バナナ	五平もち ほうじ茶	クラッカー カルピス
8	土	クッキー 牛乳	シーフードピラフ かぼちゃサラダ パイン 牛乳	プリン クッキー ほうじ茶	
9	日				
10	月	クラッカー 牛乳	ごはん 豆乳汁 ふんわり玉子焼き わかめの酢の物 りんご	カステラ 牛乳	クッキー ほうじ茶
11	火	せんべい 牛乳	ごはん わかめのすまし汁 鮭のオーロラ焼き 金平れんこん キウイフルーツ	スイートパンプキン 牛乳	せんべい ほうじ茶
12	水	せんべい アップルジュース	ごはん 豆乳スープ 豚肉のピカタ キャベツサラダ オレンジ	カレーチーズポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
13	木	ビスケット ほうじ茶	梅ふりかけごはん なめこ汁 鱈の香味フライ ひじきの煮物 バナナ	さつまいもレーズン りんごジュース	クッキー ほうじ茶
14	金	せんべい 牛乳	胚芽パン ミネストローネ ハンバーグ コールスロー オレンジ	五目チャーハン ほうじ茶	せんべい カルピス
15	土	ポーロ 牛乳	スタミナうどん さつま芋煮 バナナ	鮭おにぎり 牛乳	
16	日				
17	月	クッキー 牛乳	ごはん あさりのみそ汁 タンドリーチキン ポパイソテー パイン	ココアトースト 牛乳	せんべい ほうじ茶
18	火	ビスケット 牛乳	ごはん 水菜のすまし汁 鱈のみそ焼き 炒り豆腐 バナナ	小豆クリームサンド 牛乳	せんべい ほうじ茶
19	水	クッキー ほうじ茶	ごはん わかめスープ 五目豆腐 クリーム西瓜	トマトマカロニ 牛乳	せんべい ほうじ茶
20	木	せんべい ほうじ茶	麦ごはん かき玉汁 かわいいのパン粉焼き もやしのナムル オレンジ	バニラアイス ほうじ茶	ポーロ ほうじ茶
21	金	せんべい ほうじ茶	レーズンパン 豆乳スープ チーズオムレツ ビーフンソテー バナナ	五平もち ほうじ茶	クラッカー カルピス
22	土	クッキー 牛乳	シーフードピラフ かぼちゃサラダ パイン 牛乳	プリン クッキー ほうじ茶	
23	日				
24	月	クラッカー 牛乳	ごはん 豆乳汁 ふんわり玉子焼き わかめの酢の物 りんご	焼きそば ほうじ茶	クッキー ほうじ茶
25	火	せんべい 牛乳	ごはん わかめのすまし汁 鮭のオーロラ焼き 金平れんこん キウイフルーツ	スイートパンプキン 牛乳	せんべい ほうじ茶
26	水	せんべい アップルジュース	ごはん 豆乳スープ 豚肉のピカタ キャベツサラダ オレンジ	カレーチーズポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
27	木	せんべい 牛乳	じゃじゃ麺 小松菜和え パイン ほうじ茶	炊き込みご飯 牛乳	クッキー ほうじ茶
28	金	せんべい 牛乳	胚芽パン ミネストローネ ハンバーグ コールスロー オレンジ	五目チャーハン ほうじ茶	せんべい カルピス
29	土	ポーロ ほうじ茶	ビビンバ丼 中華スープ バナナ	バニラクレープ 牛乳	
30	日				

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。

**おしらせ**

6月4日はむし歯予防デー  
6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です

こども園では噛むことを意識したメニューを取り入れて  
噛む力を育めるよう促しています。  
食後のうがい・はみがきも積極的におこないましょう。

1ヶ月平均栄養価 ☆エネルギー ☆たんぱく質 ☆脂質 ☆食塩相当量

3歳未満児	498 kcal	19.2 g	15.4 g	1.3 g
3歳以上児	586 kcal	23.2 g	17.9 g	1.6 g