



令和7年

6月



みづほ保育園

日	曜日	行事	献立名	血や肉になるもの	熱と骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
2	月		ポークビーンズ ツナサラダ くだもの	だいず ぶたにく ツナ	じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん トマトかん しめじ キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ★ピーチケーキ
3	火	検尿検査	かわりさいきょうやき オクラのおひたし すましじる くだもの	さかな みそ あぶらあげ とうふ かつおぶし	マヨネーズ さとう	オクラ キャベツ にんじん たまねぎ わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
4	水	検尿検査	とりにくのマーマレードやき カミカミサラダ みそしる ミニゼリー	とりにく さきいか とうふ あぶらあげ みそ	マーマレード ごまあぶら さとう	きりぼしだいこん にんじん きゅうり もやし たまねぎ あおねぎ	ぎゅうにゅう バームクーヘン
5	木	歩こう会	チャプチェ コーンとわかめのスープ くだもの	ぎゅうにく ベーコン	はるさめ ごまあぶら さとう	もやし ピーマン にんじん しいたけ ほうれんそう わかめ コーン たまねぎ	ぎゅうにゅう ★ツナマヨパン
6	金		さかなのカレーに ハムサラダ トマトスープ くだもの	さかな ハム ベーコン	さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ トマトかん	ぎゅうにゅう ビスケット
7	土						
9	月	5・5交流 午睡開始 (きりん、ぱんだ組)	さかなのピザ こふきいも とうにゅうスープ くだもの	さかな チーズ とりにく とうにゅう	じゃがいも	ピーマン たまねぎ コーン にんじん しめじ	ぎゅうにゅう ★げんまいフレーク スナック
10	火	歯科検診 お弁当つめつめ給食	おにぎり とりのからあげ ウインナー スパゲティサラダ くだもの	とりにく ハム ウインナー	こめ かたくりこ あぶら スパゲティ マヨネーズ	しょうが キャベツ コーン にんじん	ぎゅうにゅう するめ
11	水	ひこにゃん訪問	とうふハンバーグ にんじんとコーンのサラダ コンソメスープ くだもの	とうふ とりにく たまご かつおぶし ベーコン	ぱんこ かたくりこ さとう あぶら	あおねぎ しょうが たまねぎ もやし にんじん コーン キャベツ えのきたけ	リンゴジュース クッキー
12	木	げんキッズ	カレーシチュー わふうサラダ くだもの	ぶたにく ツナ	じゃがいも カレールウ あぶら さとう	たまねぎ にんじん キャベツ だいこん もやし	ぎゅうにゅう ★じゃこせん
13	金	避難訓練	さかなのてりやき てつたつぷりサラダ けんちんじる ヨーグルト	さかな ツナ とりにく とうふ だいず	さとう あぶら マヨネーズ さとも ごま	ほうれんそう ひじき にんじん コーン だいこん ごぼう あおねぎ	ぎゅうにゅう せんべい
14	土						
16	月		はっぼうさい ナムル チーズ くだもの	ぶたにく ハム チーズ	かたくりこ ごまあぶら ごま	はくさい にんじん たまねぎ もやし たけのこ ピーマン ほししいたけ しめじ こまつな	ぎゅうにゅう ★わらびもち
17	火	生け花(ぱんだ組)	さかなのさらさあんかけ みそしる くだもの	さかな あぶらあげ とうふ みそ	あぶら	にんじん しいたけ たまねぎ かぼちゃ しめじ あおねぎ	ぎゅうにゅう おかき
18	水	サッカー教室	にくどうふ キャベツのごまあえ くだもの	ぎゅうにく とうふ	あぶら さとう かたくりこ ごま	たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ キャベツ もやし	ヤクルトジョア ★ブロッククッキー
19	木	茶道	さかなのバターしょうゆやき のりあえ みそしる くだもの	さかな あぶらあげ みそ	ごまあぶら じゃがいも バター	キャベツ ほうれんそう にんじん たまねぎ えのきたけ わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
20	金	人形劇(きりん組)	おこのみやきふうたまごやき もやしソテー ちゅうかスープ ミニゼリー	かつおぶし ウインナー たまご ぶたにく	こむぎこ あぶら	たまねぎ キャベツ もやし ピーマン コーン しめじ にんじん わかめ チンゲンサイ	アイスクリーム おかし
21	土						
23	月	身体計測	ツナじゃが はるさめサラダ くだもの	ツナ ハム	じゃがいも しらたき さとう はるさめ	たまねぎ にんじん インゲン キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ★シュガートースト
24	火	お誕生会	コーンごはん チキンカツ こんぶあえ オクラのスープ ゼリー	とりにく ハム	バター こむぎこ ぱんこ あぶら	きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ オクラ しおこんぶ	ラブミープラス ケーキ
25	水	給食費集金日	さかなのしおやき きりぼしだいこんに みそしる くだもの	さかな あぶらあげ とうふ みそ	あぶら	きりぼしだいこん にんじん インゲン ほししいたけ えのきたけ たまねぎ あおねぎ	ぎゅうにゅう パイ
26	木	絵本の日	ジャーチャードウフ チーズサラダ くだもの	ぶたにく あつあげ チーズ	かたくりこ マヨネーズ さとう	はくさい にんじん あおねぎ コーン ほししいたけ キャベツ ブロッコリー	ぎゅうにゅう ★ヨーグルトむしぱん
27	金		さかなのみそオニオンやき コーンサラダ あおなのスープ ミニゼリー	さかな みそ ハム ウインナー	マヨネーズ じゃがいも さとう	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり コーン こまつな えのきたけ	ぎゅうにゅう せんべい
28	土						
30	月		にくだんごスープ チップスサラダ くだもの	ぶたにく	かたくりこ はるさめ マヨネーズ ポテトチップス	あおねぎ しょうが チンゲンサイ にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ★ココアマフィン

* 園の行事、仕入れ材料等で献立が変更になることがあります

* ★じるしは手作りおやつです

10日(火)

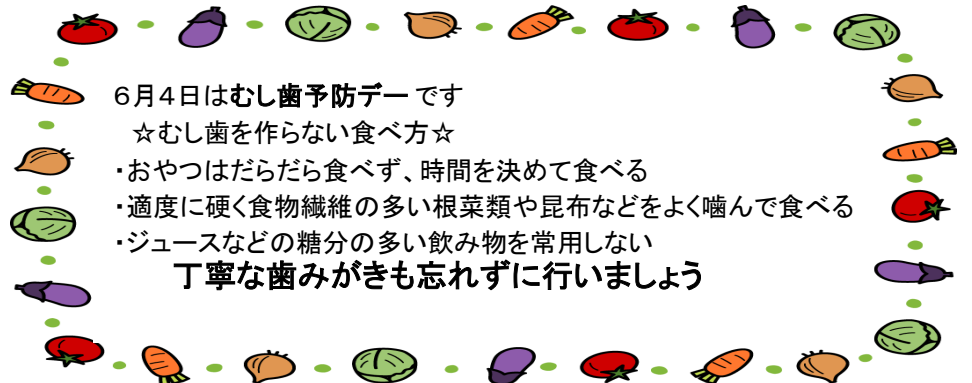
お弁当つめつめ給食の日

主食とおかずをつめます。カラの
お弁当箱を持ってくるください。(うさぎ組～)

24日(火) お誕生会

ごはんはいりません

給食セットを持ってくるください



6月4日はむし歯予防デーです

☆むし歯を作らない食べ方☆

- ・おやつはだらだら食べず、時間を決めて食べる
- ・適度に硬く食物繊維の多い根菜類や昆布などをよく噛んで食べる
- ・ジュースなどの糖分の多い飲み物を常用しない

丁寧な歯みがきも忘れずに行いましょう