



6月0歳児給食献立予定表

R8.5.29

大曲こども園

日	曜	離乳完了期	アレルギー対応 卵	アレルギー対応 乳、乳製品
1	月	軟飯、厚揚げの五目煮、ひじきふりかけ、ゆかり和え		
2	火	軟飯、鶏肉の照り焼き、マカロニサラダ	ハム除去	ハム除去
3	水	軟飯、フィッシュピザ、みそ汁		チーズ除去
4	木	軟飯、肉じゃが、野菜サラダ		
5	金	軟飯、ツナのチャンプルー、ワンタン汁		
8	月	軟飯、五目ひじき煮、ツナサラダ		
9	火	軟飯、ガパオ、星ポテト、ビーフンスープ		ベーコン除去
10	水	軟飯、焼き魚、人参しりしり、キャベツのみそ汁		
11	木	ロールパン、焼きそば、野菜と豆腐のスープ	パンの変更	パンの変更、ベーコン除去
12	金	軟飯、肉豆腐、ポテトサラダ	ハム除去	ハム除去
15	月	軟飯、肉野菜炒め、おぼろ汁		
16	火	軟飯、さばの立田焼き、具だくさん汁		
17	水	軟飯、皮なしシュウマイ、ごま酢和え		
18	木	ロールパン、コーンフ레이크チキン、ミネストローネ	パンの変更	パンの変更、ベーコン除去
19	金	軟飯、マーボー豆腐、コーンサラダ		
22	月	軟飯、プルコギ炒め、豆腐と野菜のみそ汁		
23	火	軟飯、ツナじゃが、ごまドレサラダ		
24	水	軟飯、チキンカツ、野菜スープ		ベーコン除去
25	木	煮込みうどん、かぼちゃ煮		
26	金	軟飯、親子煮、磯和え	卵除去	
29	月	軟飯、ポークビーンズ、じゃこサラダ		
30	火	軟飯、魚のコーンみそマヨ焼き、中華風春雨スープ		

🍅🥕🍆🥒🍅🥕🍆🥒 🌈 離乳食時期は味覚を育てる第一歩です! 🍅🥕🍆🥒🍅🥕🍆🥒 🌈

完了期・・・普通のもので食べられますが、味付けは大人が食べて物足りない位がちょうどいいです。

大人の料理をあげてしまうと濃い味を知り大好きになってしまう場合があるので気をつけましょう。濃い味は好まれやすく、習慣になり薄味を受け付けなくなってしまいます。将来の生活習慣病につながることもあるので薄味を心がけましょう・



6月給食献立予定表

R8. 5. 29

大曲こども園

日	曜	献立名	未満児主食	おやつ
1	月	厚揚げの五目煮、ひじきふりかけ、ゆかり和え、果物	ごはん	★ブルーベリーケーキ
2	火	鶏のレモンソースがけ、マカロニサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
3	水	フィッシュピザ、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
4	木	カレーライス、かみかみサラダ、ヨーグルト	ごはん	牛乳、お菓子
5	金	ツナのチャンプルー、ワンタン汁、果物	ごはん	ジョア、お菓子
8	月	五目ひじき煮、カレーサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
9	火	セルフのガパオ、星ポテト、ビーフンスープ、果物	ごはん	牛乳、昆布、お菓子
10	水	焼き魚、人参しりしり、キャベツのみそ汁、果物	ごはん	★フルーツヨーグルト
11	木	ロールパン、やきそば、野菜と豆腐のスープ、果物	ロールパン	牛乳、お菓子
12	金	肉豆腐、ポテトサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
15	月	肉野菜炒め、おぼろ汁、チーズ	ごはん	牛乳、お菓子
16	火	さばの立田焼き、具だくさん汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
17	水	皮なしシュウマイ、ごま酢和え、果物	ごはん	牛乳、お菓子
18	木	♥クロワッサン、コーンフレークチキン、ミネストローネ、ゼリー	クロワッサン	牛乳、ワッフル
19	金	マーボー豆腐、コーンサラダ、果物	ごはん	★フライドマカロニ
22	月	プルコギ炒め、野菜と豆腐のみそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子
23	火	ツナじゃが、ごまドレサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
24	水	チキンカツ、野菜スープ、果物	ごはん	牛乳、小魚
25	木	タンメン、ヨーグルト	タンメン	牛乳、お菓子
26	金	親子煮、磯和え、果物	ごはん	★ココアクルトン
29	月	ポークビーンズ、じゃこサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子
30	火	魚のコーンみそマヨ焼き、中華風春雨スープ、果物	ごはん	ももゼリー

♥印は、お誕生会献立です。 ★印は、手作りおやつです。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
おかずのみ(目標)	389(329)	16.7(15.8)	15.4(14.8)	305(282)	1.2(1.2)
おかず+ごはん(目標) 目安のごはん量110g	526(500)	18.8(18.0)	15.7(15.0)	308(285)	1.2(1.2)

※ そば、魚卵、ナッツ類、落花生(ピーナッツ)、カニは給食で提供しません。



6 月 給 食 献 立 予 定 表

R8.5.29

大曲こども園

日	曜	献 立 名	未満児 主食	おやつ	アレルギー対応 卵	アレルギー対応 乳、乳製品
1	月	厚揚げの五目煮、ひじきふりかけ、ゆかり和え、果物	ごはん	★ブルーベリー ケーキ	アレルギー 対応品に変更	アレルギー 対応品に変更
2	火	鶏のレモンソースかけ、マカロニサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子	ハム除去	ハム除去
3	水	フィッシュピザ、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子		チーズ 除去
4	木	カレーライス、かみかみサラダ、ヨーグルト	ごはん	牛乳、お菓子		カレールー、 ヨーグルト変更
5	金	ツナのチャンプルー、ワンタン汁、果物	ごはん	ジョア、お菓子		
8	月	五目ひじき煮、カレーサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子		
9	火	セルフのガバオ、星ポテト、ビーフンスープ、果物	ごはん	牛乳、昆布、お菓子		ベーコン除去
10	水	焼き魚、人参しりしり、キャベツのみそ汁、果物	ごはん	★ フ ル ーツ ヨ ィ ゥ ル ト		ゼリーに変更
11	木	ロールパン、やきそば、野菜と豆腐のスープ、果物	パン	牛乳、お菓子	パンの変更	パンの変更、 ベーコン除去
12	金	肉豆腐、ポテトサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子	ハム除去	ハム除去
15	月	肉野菜炒め、おぼろ汁、チーズ	ごはん	牛乳、お菓子		
16	火	さばの立田焼き、具だくさん汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子		
17	水	皮なしシュウマイ、ごま酢和え、果物	ごはん	牛乳、お菓子		
18	木	♥クロワッサン、コーンフレークチキン、ミネストローネ、ゼリー	パン	牛乳 ワッフル	パン変更、アレルギー 対応品に変更	パンの変更、ベーコン除去、 アレルギー対応品に変更
19	金	マーボー豆腐、コーンサラダ、果物	ごはん	★フライドマカロニ		
22	月	プルコギ炒め、豆腐と野菜のみそ汁、果物	ごはん	牛乳、お菓子		
23	火	ツナじゃが、ごまドレサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子		
24	水	チキンカツ、野菜スープ、果物	ごはん	牛乳、小魚		ベーコン除去
25	木	タンメン、ヨーグルト	タンメン	牛乳、お菓子		ゼリーに変更
26	金	親子煮、磯和え、果物	ごはん	★ココアクルトン	卵除去	
29	月	ポークビーンズ、じゃこサラダ、果物	ごはん	牛乳、お菓子		
30	火	魚のコーンみそマヨ焼き、中華風春雨スープ、果物	ごはん	ももゼリー		

♥印は、お誕生会献立です。★印は、手作りおやつです。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	カルシウム mg	塩 分 g
おかずのみ(目標)	389 (328)	16.7 (15.8)	15.4 (14.8)	305 (282)	1.2 (1.2)
おかず+ごはん(目標) ごはん量の目安110g	526 (500)	18.8 (18.0)	15.7 (15.0)	308 (285)	1.2 (1.2)

※そば、魚卵、ナッツ類、落花生（ピーナッツ）、カニは給食で提供しません。



給食だより

今日は食育月間 です。

大曲こども園



～楽しく食べて元気な心と体を作りましょう～

食べた物の栄養は、食道→胃→小腸→肝臓を通り、全身に送られ、毎日の元気や体づくりのもとになります。



体（細胞）が生きていくために必要な栄養素の量があります。

体を維持し成長するためには、たんぱく質・脂質・糖質やビタミンやミネラルなどが必要です。

栄養素の配分は体の発達によって変わっていきます。また、年齢や活動量によってエネルギー量や栄養素の必要量が決まります。

3～5歳の3大栄養素の配分（バランス）

