



きゅうしょくこんだてひょう

2025年6月分

しいの木保育園

日	曜日	昼 食	午後おやつ	行事等
02	月	ごはん 豚肉のケチャップ焼き キャベツの昆布あえ みそ汁	★にんじん蒸しパン お茶	運動会 
03	火	鶏とひじきの炊き込みごはん さけの塩焼き ほうれん草のごま和え みそ汁	★シュガートースト お茶	
04	水	カレーうどん てづくりシウマイ ヨーグルト	★おかかおにぎり お茶	
05	木	ごはん チキンカツ キャベツと人参のサラダ みそ汁	★てづくりかたつむりクッキー お茶	
06	金	運動会🏆		
09	月	あんかけ丼 バイクドポテト みそ汁	★てづくりちんすこう お茶	
10	火	ごはん たらの野菜あんかけ 切干大根とひじきの煮物 みそ汁	★ピザトースト 牛乳	
11	水	ごはん スパイスチキン 野菜炒め わかめスープ	ヨーグルト クッキー お茶	
12	木	さくらごはん 魚のフライ ほうれん草とコーンのソテー みそ汁	★芋もち お茶	
13	金	チャーハン ヤンニョムチキン スティックきゅうり はるさめスープ	★デコサンド お茶	✿誕生日会✿ 
14	土	二色おにぎり みそ汁 フルーツ	せんべい・クッキー お茶	
16	月	ごはん なすと豚肉のみそ炒め 焼きポテト みそ汁	★てづくりゼリー お茶	
17	火	ごはん てづくりハンバーグ キャベツのコーンソテー みそ汁	★焼きいも お茶	
18	水	ごはん とり肉と野菜の炒め物 きゅうりとにんじんの和え物 みそ汁	★フルーツゼリー お茶	
19	木	ごはん チンジャオロース きゅうりの塩もみ スープ	★ほうれんそうのスコーン 牛乳	
20	金	ごはん 豚肉のバーベキュー焼き はるさめともやしの和え みそ汁	★じゃがドーナツ お茶	
21	土	パン フルーツ 牛乳	せんべい・クッキー お茶	
23	月	ごはん さばのから揚げ いんげんのごま和え 具沢山汁	★バナナケーキ お茶	
24	火	ごはん ふわふわチキンナゲット キャベツのレモンサラダ みそ汁	ヨーグルト сенべい お茶	
25	水	ごはん 鶏肉の照り煮 切干大根の旨煮 みそ汁	バナナ сенべい お茶	
26	木	ごはん たらもの西京焼き ほうれん草の白和え みそ汁	★ジャムパン 牛乳	
27	金	ジャージャーめん 塩さつまいも スープ ゼリー	★わかめのおにぎり お茶	
28	土	炊き込みごはん みそ汁 ゼリー	せんべい・クッキー お茶	
30	月	ごはん 魚のこうじ焼き 凍り豆腐とひき肉の煮物 みそ汁	★チーズラスク お茶	

《今月の食育テーマ：歯科に関するもの》
歯科衛生・噛むことの意味

- ・★マークは手づくりおやつです。
- ・仕入れの状況等により献立の急な変更をする場合があります。