

6 月の給食だより



2026/6/1		 1～5歳児		食 品 名	池田市立保育所・認定こども園 I材料 - (kcal) たん白質(g) 脂質(g)
実施日	3歳未満児				
	午前 間食	昼食	午後 間食		
1(月)	牛乳 せんべい	ごはん 豆腐と鶏挽き肉のナゲット 茹で野菜 すまし汁	牛乳 バナナ せんべい	米 / 鶏ひき肉 木綿豆腐 土生姜 白洗いごま たまねぎ 小麦粉 塩 片栗粉 油 トマトケチャップ 代替) 豚ひき肉 代替) じゃがいも / ブロッコリー 人参 / 白玉麩 人参 しめじ 小松菜 出し昆布 削り節 薄口醤油 (バナナ)	607kcal 26.0g 20.8g
	2(火)	牛乳 せんべい	ごはん 煮魚 五目煮豆 みそ汁	牛乳 ☆もも寒天	米 / 赤魚 土生姜 三温糖 濃口醤油 みりん 酒 削り節 代替) 豚肉 / 大豆 鶏肉 人参 三度豆 こんにゃく 三温糖 濃口醤油 削り節 代替) 豚肉 / そうめん 大根 たまねぎ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (もも缶 粉寒天 上白糖)
3(水)	牛乳 ポーロ	ハヤシライス 煮びだし ヨーグルト	牛乳 オレンジ せんべい	米 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 しめじ グリンピース ハヤシルウ スkimミルク 油 代替) 豚肉 / キャベツ きゅうり しらす干し 濃口醤油 / ヨーグルト(プレーン) (オレンジ)	587kcal 22.9g 17.3g
4(木)	牛乳 せんべい	ロールパン スパゲティナポリタン 野菜スープ	牛乳 ☆ポップコーン フレッシュゼリー	ロールパン / スパゲッティ 豚ひき肉 人参 たまねぎ ビーマン 油 トマトケチャップ とんかつソース 塩 こしょう / じゃがいも 小松菜 玉ねぎ むきえび 人参 コーン缶(ホール) スープストック (加熱用ポップコーン 油 塩) (フレッシュゼリー)	611kcal 21.5g 18.5g
5(金)	牛乳 あられ	ふりかけごはん キャベツのチャンプル みそ汁 デザート(バナナ)	牛乳 ☆米粉蒸しパン	米 ふりかけ / 豚肉 木綿豆腐 キャベツ たまねぎ 人参 チンゲンサイ 油 野菜スープの素 塩 濃口醤油 代替) じゃがいも / かぼちゃ 人参 油揚げ わかめ みそ 削り節 / バナナ (米粉 上白糖 ベーキングパウダー 油 豆乳 酢)	586kcal 23.8g 17.7g
6(土)	牛乳 せんべい	焼きうどん みそ汁 みかん缶	牛乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 キャベツ 人参 たまねぎ 青ねぎ 油 花かつお 濃口醤油 / かぼちゃ はくさい 人参 たまねぎ 青ねぎ 削り節 みそ / みかん缶 (じゃがいも)	429kcal 21.4g 13.3g
8(月)	牛乳 せんべい	焼肉風丼 すまし汁 デザート(もも缶)	牛乳 ☆芋ようかん	米 豚肉 たまねぎ キャベツ 人参 糸こんにゃく 油 みそ 濃口醤油 三温糖 青ねぎ みりん ごま油 片栗粉 / 木綿豆腐 大根 人参 小松菜 薄口醤油 出し昆布 削り節 / もも缶 (さつまいも 上白糖 塩 粉寒天)	537kcal 25.2g 15.0g
9(火)	牛乳 せんべい	トースト(以上児は食パン) チキングラタン ポトフ	牛乳 キウイフルーツ クラッカー	食パン いちごジャム / 鶏肉 たまねぎ ブロッコリー 人参 オリーブ油 塩 こしょう 小麦粉 豆乳 野菜スープの素 パン粉 代替) 豚肉 / ウインナー キャベツ じゃがいも 人参 たまねぎ スープストック (キウイフルーツ)	493kcal 20.9g 21.0g
10(水)	牛乳 ポーロ	ひじきごはん さばの塩焼き ブロッコリーのごまあえ みそ汁	牛乳 ☆紫陽花ゼリー	米 ひじき缶 油揚げ 人参 三度豆 薄口醤油 出し昆布 酒 みりん 塩 / さば 塩 油 代替) 豚肉 / ブロッコリー 白すりごま 三温糖 濃口醤油 / チンゲンサイ 人参 たまねぎ みそ 削り節 (ゼリーの素 りんごジュース ぶどうジュース 上白糖)	594kcal 39.6g 22.9g
11(木)	牛乳 せんべい	ロールパン じゃがいものミートソース煮 野菜スープ	牛乳 ☆焼きそば	ロールパン / じゃがいも 豚ひき肉 たまねぎ 人参 しめじ グリンピース スープストック トマトケチャップ ウスターソース 油 小麦粉 / ほうれんそう はくさい むきえび たまねぎ 人参 野菜スープの素 油 (中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 青ねぎ 油 とんかつソース ウスターソース)	526kcal 26.1g 21.0g
12(金)	牛乳 あられ	ごはん 鶏つくねのあんかけ 茹で野菜 みそ汁	牛乳 メロン せんべい	米 / 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ えのきだけ 片栗粉 塩 こしょう 油 濃口醤油 三温糖 みりん 片栗粉 削り節 代替) 豚ひき肉 代替) じゃがいも / ほうれんそう 人参 / かぼちゃ しろな 大根 油揚げ みそ 削り節 (アムスメロン)	577kcal 26.7g 18.1g
13(土)	牛乳 せんべい	しょうゆスパゲッティー 野菜スープ パイン缶	牛乳 みかんゼリー せんべい	スパゲッティ 豚肉 たまねぎ 生しいたけ 人参 ビーマン しめじ 濃口醤油 三温糖 油 / 木綿豆腐 チンゲンサイ たまねぎ 野菜スープの素 / パイン缶 (みかんゼリー)	471kcal 22.0g 13.6g
15(月)	牛乳 せんべい	ごはん すき焼き風煮 みそ汁	牛乳 ☆バナナマフィン	米 / 牛肉 木綿豆腐 糸こんにゃく はくさい おつゆ麩 人参 たまねぎ 油 三温糖 濃口醤油 代替) じゃがいも 代替) 豚肉 / さつまいも 人参 たまねぎ わかめ みそ 削り節 (ホットケーキミックス 上白糖 豆乳 油 バナナ)	628kcal 22.7g 21.2g
16(火)	牛乳 せんべい	カレーライス ひじきの中華サラダ フレッシュゼリー	牛乳 オレンジ せんべい	米 豚肉 じゃがいも たまねぎ 人参 グリンピース カレールウ スkimミルク 油 / ひじき缶 はるさめ ロースハム きゅうり 人参 コーン缶(ホール) 酢 三温糖 濃口醤油 ごま油 / フレッシュゼリー (オレンジ)	704kcal 20.5g 17.8g
17(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 白身魚の竜田揚げ キャベツのごまあえ すまし汁	牛乳 ☆かわりあべかわ	米 / メルルーサ 濃口醤油 土生姜 みりん 酒 片栗粉 油 代替) 豚肉 / キャベツ 白すりごま 濃口醤油 三温糖 / 白玉麩 大根 人参 しろな 青ねぎ 出し昆布 削り節 薄口醤油 (マカロニ きな粉 上白糖)	528kcal 27.4g 14.5g
18(木)	牛乳 せんべい	ロールパン ほうれん草オムレツ 野菜スープ デザート(メロン)	りんごジュース 型抜きチーズ せんべい	ロールパン / 卵 豚ひき肉 ほうれんそう 人参 たまねぎ 油 トマトケチャップ 代替) じゃがいも 代替) 豚肉 代替) コーン / じゃがいも ブロッコリー 人参 たまねぎ ベーコン 野菜スープの素 / アムスメロン (型抜きチーズ)	513kcal 21.0g 19.9g
19(金)	牛乳 あられ	ごはん 鶏の照り焼き 茹でキャベツ 中華スープ	牛乳 ☆フルーツヨーグルト和え	米 / 鶏肉 三温糖 濃口醤油 みりん 酒 代替) 豚肉 / キャベツ 人参 / 木綿豆腐 たまねぎ 人参 生しいたけ チンゲンサイ スープストック(中華用) (バナナ パイン缶 みかん缶 レーズン 上白糖 ヨーグルト(プレーン))	553kcal 25.3g 18.8g
20(土)	牛乳 せんべい	そぼろあんかけ丼 すまし汁	牛乳 ももゼリー せんべい	米 鶏ひき肉 生しいたけ 人参 たまねぎ 糸こんにゃく はくさい 三度豆 片栗粉 濃口醤油 三温糖 油 削り節 代替) 豚ひき肉 / 小松菜 人参 しめじ 出し昆布 削り節 薄口醤油 (ももゼリー)	476kcal 22.7g 14.3g
22(月)	牛乳 せんべい	ごはん 高野豆腐の卵とじ みそ汁 味付けのり	牛乳 ☆フライドポテト	米 / 鶏肉 高野豆腐 たまねぎ 人参 干しいたけ 三度豆 卵 三温糖 濃口醤油 酒 削り節 代替) 豚肉 代替) じゃがいも / かぼちゃ はくさい 人参 わかめ みそ 削り節 / 味付けのり (じゃがいも 油 塩)	626kcal 32.5g 24.8g
23(火)	牛乳 せんべい	ごはん 白身魚のすりおろし人参マヨドレ焼き 茹でキャベツ ワンドンスープ デザート(もも缶)	牛乳 棒チーズ かりんとう	米 / ほき 酒 人参 マヨネーズ(卵なし) 濃口醤油 代替) 豚肉 / キャベツ / ワンドンの皮 人参 たまねぎ しめじ 青ねぎ ごま油 野菜スープの素 / もも缶 (棒チーズ)	518kcal 26.6g 17.6g
24(水)	牛乳 ポーロ	ごはん 筑前煮 みそ汁	牛乳 ☆きなこドーナツ	米 / 鶏肉 大根 里芋 人参 ごぼう れんこん こんにゃく 三度豆 干しいたけ 濃口醤油 三温糖 油 削り節 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 人参 たまねぎ わかめ みそ 削り節 (きな粉 上白糖 ホットケーキミックス 絹ごし豆腐 油)	631kcal 25.1g 22.7g
25(木)	牛乳 せんべい	ロールパン ポークビーンズ 豆乳スープ	牛乳 ☆焼きおにぎり	ロールパン / 豚肉 大豆 人参 たまねぎ じゃがいも トマトケチャップ ウスターソース 濃口醤油 三温糖 油 / ベーコン キャベツ 小松菜 むきえび 人参 コーン缶(ホール) 野菜スープの素 豆乳 (米 濃口醤油)	534kcal 26.8g 18.4g
26(金)	牛乳 あられ	ごはん 紫陽花揚げ 茹でブロッコリー かきたま汁	牛乳 キウイフルーツ クラッカー	米 / なす さつまいも たまねぎ 人参 むきえび みつば 小麦粉 油 とんかつソース 代替) 豚肉 / ブロッコリー / 卵 はくさい たまねぎ 人参 青ねぎ 薄口醤油 片栗粉 出し昆布 削り節 代替) 豚肉 (キウイフルーツ)	537kcal 22.1g 17.1g
27(土)	牛乳 せんべい	焼きそば 野菜スープ	牛乳 ふかしいも せんべい	中華めん 豚肉 人参 たまねぎ キャベツ 青ねぎ 油 とんかつソース ウスターソース / たまねぎ 木綿豆腐 ほうれんそう 人参 野菜スープの素 (さつまいも)	460kcal 18.3g 13.9g
29(月)	牛乳 せんべい	ごはん 肉じゃが みそ汁	牛乳 ☆れんこんチップ ビスケット	米 / 牛肉 じゃがいも たまねぎ 人参 糸こんにゃく 三度豆 三温糖 油 濃口醤油 代替) 豚肉 / はくさい 大根 油揚げ 人参 青ねぎ みそ 削り節 (れんこん 油 塩 あおのり)	561kcal 21.7g 19.1g
30(火)	牛乳 せんべい	ごはん 豚肉とごぼうのきんぴら 華風卵スープ デザート(バナナ)	牛乳 ☆にんじんホットケーキ	米 / 豚肉 ごぼう 三度豆 こんにゃく 人参 ごま油 濃口醤油 三温糖 白すりごま / 卵 焼きちくわ たけのこ缶 しめじ ほうれんそう 片栗粉 野菜スープの素 ごま油 代替) 豚肉 / バナナ (ホットケーキミックス 人参ペースト 上白糖 油)	590kcal 21.5g 16.4g

☆印は手作りおやつです。 *3歳未満児はトーストにジャムをぬります。3歳以上児は食パンにジャムが付きます。
*こども園の4、5歳(1号)は、昼に牛乳90ccが付きます。18日は、昼にりんごジュース90ccが付きます。
*こども園の4、5歳(2号)は、3時に牛乳180ccが付きます。18日は、3時にりんごジュース180ccが付きます。