

令和7年6月献立表

日付	献立名	
	昼食	おやつ
2月	雑穀ごはん 高野豆腐の煮物 青菜とコーンの和え物 みそ汁（なす）	◎手作り米粉かぼちゃもち 牛乳
3火	ごはん アジフライ アスパラサラダ みそ汁（豆腐・あおさ）	◎塩せんべい
4水	カレーライス コールスローサラダ ヨーグルト和え	◎お菓子
5木	麦ごはん 鮭の塩焼き 飛騨のころ芋煮 味噌けんちん	◎柏もち ◎未満児：スイートポテト
6金	コッペパン ブロッコリーのサラダ 豆腐のカレーポタージュ メロン	◎ミレービスケット
9月	華風混ぜごはん 国産シュウマイ わかめスープ	◎ひこうきビスケット 牛乳
10火	いわしの蒲焼丼 小松菜のお浸し みそ汁（かぼちゃ）	◎みたらし団子 ◎0.1才：スイートポテト
11水	スタミナ納豆丼 小松菜とカリカリじゃこのお浸し みそ汁（切干大根）	◎とうふかりんとう
12木	麦ごはん 鰯の生姜焼き 切干大根の煮付け みそ汁（なす）	◎サンドクラッカー 牛乳
13金	納豆ごはん（有機玄米入り） じゃが芋のうま煮 みそ汁（こまつな）	◎クリームラスク

宮保育園

日付	献立名	
	昼食	おやつ
16月	ごはん 鶏の照り焼き ひじきとほうれん草のサラダ みそ汁（厚揚げ）	◎ねじりんぼ 牛乳
17火	ごはん 小松菜とひじきの納豆和え 厚揚げと野菜のみそ炒め すまし汁（いん）	◎ホクホクじゃがいも
18水	手作り特製中華そば 手作りチャーシュー キャベツの中華和え 有機バナナ	◎野菜スティック
19木	ごはん（有機米） ひじきハンバーグ キャベツの胡麻ネーズ和え みそ汁（じゃがいも）	◎味付小魚 牛乳 ◎未満児：星のおせんべい
20金	朴葉寿司 金時豆の煮付け すまし汁（花魁） さくらんぼ 未満児：さくらんぼゼリー	◎お菓子
23月	ゆかりごはん こも豆腐の煮付け きゅうりの三杯酢 豚汁	◎手作り水ようかん
24火	麦ごはん さばの塩焼き ひじきの煮付け みそ汁（なめこ）	◎ヨーグルト
25水	五目うどん かぼちゃのかき揚げ 有機バナナ	◎有機玄米入り塩おにぎり
26木	ごはん 手作りコロケ 付け野菜（キャベツ） みそ汁（豆腐）	◎豆乳プリンタルト ジュース
27金	ごはん 白身魚の薬味ソース ほうれん草とわかめのおひたし みそ汁（じゃがいも）	◎手作りよもぎ蒸しパン
30月	飛騨牛ビビンバ たたききゅうり 春雨スープ	◎水族館クッキー 牛乳