



# 令和5年度6月給食献立表



足利市役所保育課給食

日付	10時	給食	3時	あか からだの血や肉になるもの	きいろ からだの熱や力になるもの	みどり 体の調子をととのえるもの
1(木)	牛乳	ごはん 魚のガーリックソテー かんぴょう汁 あまなつ	りんごゼリー 菓子	牛乳,もろ,木綿豆腐,粉寒天	コッペパン,オリーブ油,マヨネーズ, 砂糖,菓子	にんにく,バセリ,トマト,かんぴょう, 干し椎茸,ほうれんそう,人参,100% アップルジュース
2(金)	牛乳	ごはん ツッ餃子 中華スープ	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,ツナ,焼き豚,発酵乳	精白米,餃子の皮,サラダ油,フライド ポテト,はるさめ,こま,菓子	にら,きゅうり,たまねぎ,人参,しめじ, チンゲンサイ
3(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
5(月)	野菜ジュース	ごはん ビーンズカレー フルーツチーズ和え	ココアミルク 菓子	大豆水煮,豚肉,クリームチーズ,脱脂 粉乳	精白米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,菓 子	野菜ジュース,たまねぎ,人参,グリーン ピース,にんにく,しょうが,フロッコ リー,バナナ,みかん缶,もも缶,パイ ン缶,キウイフルーツ
6(火)	牛乳	食パン 青菜のオムレツ トマトスープ バナナ	豆乳かぼちゃア 菓子	牛乳,鶏卵,ツナ,鶏むね,粉寒天,豆乳	食パン,サラダ油,マヨネーズ,砂糖,黒 蜜,菓子	ほうれんそう,たまねぎ,アスパラ, マト水煮缶詰,キャベツ,バナナ,かぼ ちゃ
7(水)	牛乳	ごはん 豚肉と大豆の煮込み ピーマンともやしのナムル	牛乳 もっちり米粉 <sup>ナガ</sup>	牛乳,豚肉,昆布,大豆水煮,ハム,豆乳	精白米,砂糖,サラダ油,ごま油,こま, 米粉	ごぼう,たけのこ水煮,人参,ピーマン, もやし,バナナ,レモン果汁
8(木)	ヨーグルト	ごはん 新じゃがのそぼろ煮 野菜スープ オレンジ	牛乳 こまラスク	ヨーグルト,鶏ひき肉,ベーコン,牛乳	精白米,じゃがいも,砂糖,かたくり粉, 食パン,こま,グラニュー糖,マーガ リン	細さや,人参,たまねぎ,もやし,レン ジ
9(金)	牛乳	ごはん かじきの品川揚げ 味噌汁	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,めかじき,あおのり(素干し),木 綿豆腐,油あげ,わかめ,発酵乳	精白米,かたくり粉,サラダ油,菓子	トマト,ねぎ
10(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
12(月)	野菜ジュース	ごはん 厚揚げと鶏の味噌煮 ひじきのサラダ	牛乳 ルゴ-ソルグ	厚揚げ,鶏もも,ひじき,牛乳	精白米,サラダ油,砂糖,コーンフレ ク	野菜ジュース,たけのこ水煮,人参, グリーンピース,トマト,きゅうり,キャ ベツ,バナナ,みかん缶,レーズン
13(火)	牛乳	ごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜のナムル バナナ	ヨーグルトミルク 菓子	牛乳,鶏手羽元,脱脂粉乳,ヨーグルト	精白米,砂糖,ごま油,こま,菓子	しょうが,にんにく,いんげん,こまつ な,もやし,人参,バナナ
14(水)	ヨーグルト	ごはん 豚すき風 ポテトサラダ	牛乳 豆乳,ブラウニー	ヨーグルト,豚肉,ハム,牛乳,調製豆乳	精白米,しらたき,サラダ油,砂糖,じゃ がいも,マヨネーズ,薄力粉	たまねぎ,えのきたけ,スナップえん どう,人参,きゅうり,コーン,プロッコ リー
15(木)	牛乳	【とちぎけんみんのひ】 コッペパン モロのガーリックソテー かんぴょう汁 あまなつ	りんごゼリー 菓子	牛乳,もろ,木綿豆腐,粉寒天	コッペパン,オリーブ油,マヨネーズ, 砂糖,菓子	にんにく,バセリ,トマト,かんぴょう, 干し椎茸,ほうれんそう,人参,100% アップルジュース
16(金)	牛乳	ごはん ツッ餃子 中華スープ	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,ツナ,焼き豚,発酵乳	精白米,餃子の皮,サラダ油,フライド ポテト,はるさめ,こま,菓子	にら,きゅうり,たまねぎ,人参,しめじ, チンゲンサイ
17(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
19(月)	野菜ジュース	ごはん ビーンズカレー フルーツチーズ和え	ココアミルク 菓子	大豆水煮,豚肉,クリームチーズ,脱脂 粉乳	精白米,じゃがいも,サラダ油,砂糖,菓 子	野菜ジュース,たまねぎ,人参,グリーン ピース,にんにく,しょうが,フロッコ リー,バナナ,みかん缶,もも缶,パイ ン缶,キウイフルーツ
20(火)	牛乳	食パン 青菜のオムレツ トマトスープ バナナ	豆乳かぼちゃア 菓子	牛乳,鶏卵,ツナ,鶏むね,粉寒天,豆乳	食パン,サラダ油,マヨネーズ,砂糖,黒 蜜,菓子	ほうれんそう,たまねぎ,アスパラ, マト水煮缶詰,キャベツ,バナナ,かぼ ちゃ
21(水)	牛乳	ごはん 豚肉と大豆の煮込み ピーマンともやしのナムル	牛乳 もっちり米粉 <sup>ナガ</sup>	牛乳,豚肉,昆布,大豆水煮,ハム,豆乳	精白米,砂糖,サラダ油,ごま油,こま, 米粉	ごぼう,たけのこ水煮,人参,ピーマン, もやし,バナナ,レモン果汁
22(木)	ヨーグルト	ごはん 新じゃがのそぼろ煮 野菜スープ オレンジ	牛乳 こまラスク	ヨーグルト,鶏ひき肉,ベーコン,牛乳	精白米,じゃがいも,砂糖,かたくり粉, 食パン,こま,グラニュー糖,マーガ リン	細さや,人参,たまねぎ,もやし,レン ジ
23(金)	牛乳	ごはん かじきの品川揚げ 味噌汁	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,めかじき,あおのり(素干し),木 綿豆腐,油あげ,わかめ,発酵乳	精白米,かたくり粉,サラダ油,菓子	トマト,ねぎ
24(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト,牛乳	総菜パン,菓子	
26(月)	野菜ジュース	ごはん 厚揚げと鶏の味噌煮 ひじきのサラダ	牛乳 ルゴ-ソルグ	厚揚げ,鶏もも,ひじき,牛乳	精白米,サラダ油,砂糖,コーンフレ ク	野菜ジュース,たけのこ水煮,人参, グリーンピース,トマト,きゅうり,キャ ベツ,バナナ,みかん缶,レーズン
27(火)	牛乳	ごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜のナムル バナナ	ヨーグルトミルク 菓子	牛乳,鶏手羽元,脱脂粉乳,ヨーグルト	精白米,砂糖,ごま油,こま,菓子	しょうが,にんにく,いんげん,こまつ な,もやし,人参,バナナ
28(水)	ヨーグルト	ごはん 豚すき風 ポテトサラダ	牛乳 豆乳,ブラウニー	ヨーグルト,豚肉,ハム,牛乳,調製豆乳	精白米,しらたき,サラダ油,砂糖,じゃ がいも,マヨネーズ,薄力粉	たまねぎ,えのきたけ,スナップえん どう,人参,きゅうり,コーン,プロッコ リー
29(木)	牛乳	コッペパン 魚のガーリックソテー かんぴょう汁 あまなつ	りんごゼリー 菓子	牛乳,もろ,木綿豆腐,粉寒天	コッペパン,オリーブ油,マヨネーズ, 砂糖,菓子	にんにく,バセリ,トマト,かんぴょう, 干し椎茸,ほうれんそう,人参,100% アップルジュース
30(金)	牛乳	ごはん ツッ餃子 中華スープ	発酵乳 菓子(鉄入り)	牛乳,ツナ,焼き豚,発酵乳	精白米,餃子の皮,サラダ油,フライド ポテト,はるさめ,こま,菓子	にら,きゅうり,たまねぎ,人参,しめじ, チンゲンサイ

3歳未満児 月平均栄養価 エネルギー 468kcal たんぱく質 17.6g 脂質 14.4g 食塩相当量 1.2g  
 3歳以上児 月平均栄養価 エネルギー 388kcal たんぱく質 16.5g 脂質 17.2g 食塩相当量 1.4g

※3歳未満児は、10時のおやつと主食も提供されます。

※保育所では、安全・安定・安心な給食提供に努めています。

※献立は、都合により変更となる場合があります。ご了承ください。

