

令和 8年 6月

予定献立表

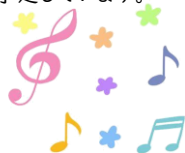
日	曜	昼食		午後おやつ	
		献立名	主な食材	献立名	主な食材
1 ・ 15	月	ごはん 鶏肉の照りマヨ焼き 切干大根のサラダ 味噌汁 果物	米 鶏肉 片栗粉 マヨドレ 切干大根 きゅうり 人参 カニカマ ごま油 なす えのき 油揚げ	牛乳 オートミールバー	牛乳 オートミール バター 砂糖 はちみつ パナナ レーズン
2 ・ 16	火	タンメン 南瓜のそぼろ煮 果物	中華麺 豚肉 人参 キャベツ もやし 長葱 南瓜 鶏挽肉 片栗粉	牛乳 ごまおかかおにぎり 食べる煮干し	牛乳 米 おかか ごま 食べる煮干し
3 ・ 17	水	ごはん 魚の煮つけ 糸昆布の煮物 豚汁 果物	米 鯖 生姜 糸昆布 厚揚げ 竹輪 人参 いんげん 人参 大根 ごぼう 豚肉 長葱 こんにゃく ごま油	牛乳 ほうれん草とチーズのスコーン	牛乳 小麦粉 BP バター 牛乳 ほうれん草 チーズ
4 ・ 18	木	麻婆春雨丼 ひじきのナムル 中華スープ 果物	米 押し麦 豚挽肉 春雨 長葱 人参 エリンギ きくらげ もやし ひじき 人参 きゅうり ごま油 青梗菜 玉葱 コーン ガラ	牛乳 みそかんぷら	牛乳 じゃが芋 油 砂糖 味噌
5 ・ 19	金	ごはん 鶏肉と大豆の旨煮 モロヘイヤの和え物 味噌汁 果物	米 鶏肉 大豆 大根 人参 モロヘイヤ キャベツ きゅうり 人参 しらす のり ごま油 豆腐 わかめ 長葱	牛乳 きなこトースト	牛乳 食パン きなこ バター 砂糖
6 ・ 20	土	エビピラフ さつまいものサラダ キャベツとしめじのスープ 果物	米 えび 人参 玉葱 いんげん コンソメ さつまいも 人参 きゅうり ごま マヨドレ キャベツ しめじ ハム コンソメ	牛乳 豆花クッキー 豆乳ラスク	牛乳 豆花クッキー 豆乳ラスク
8 ・ 22	月	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツサラダ 味噌汁 果物	米 豚肉 玉葱 生姜 キャベツ 人参 きゅうり ハム 豆腐 長葱 わかめ	牛乳 麩のラスク	牛乳 麩 バター 砂糖
9 ・ 23	火	パン 鶏肉のトマト煮 マッシュポテト 野菜スープ 果物	パン 鶏肉 玉葱 人参 しめじ トマト缶 ケチャップ ソース コンソメ じゃが芋 牛乳 バター 青梗菜 えのき ウインナー コンソメ	牛乳 ひじきごはん	牛乳 米 ひじき 人参 油揚げ グリンピース
10 ・ 24	水	ごはん 魚のマリネ トマト キャベツスープ 果物	米 鮭 きゅうり 人参 玉葱 小麦粉 片栗粉 トマト キャベツ コーン ベーコン コンソメ	牛乳 フルーツムース	牛乳 フルーチェ 牛乳 パナナ もも缶 みかん缶
11	木	ごはん 豆腐の照り焼きバーグ プロじゃがソテー 味噌汁 果物 (誕生会)	米 豆腐 豚挽肉 玉葱 卵 パン粉 ブロッコリー じゃが芋 にんにく オリーブオイル なめこ 大根 油揚げ 長葱	牛乳 みかんのミニケーキ	牛乳 スポンジ 生クリーム 砂糖 ジャム みかん缶
25	木	焼きそば 焼きとうもろこし 中華スープ	中華麺 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン 青のり とうもろこし 豆腐 カニカマ ニラ ガラ	牛乳 チョコバナナ風	牛乳 バナナ ココア 砂糖 牛乳 マリー
12 ・ 26	金	タコライス スティックサラダ ジンジャースープ 果物	米 豚挽肉 にんにく 玉葱 人参 キャベツ トマト チーズ バター ソース ケチャップ はちみつ カレー粉 大根 きゅうり 人参 ごま 白菜 小松菜 えのき 生姜 ガラ	牛乳 ポップコーン	牛乳 ポップコーン バター 塩
13 ・ 27	土	鶏ごぼうごはん 青菜のお浸し 味噌汁 果物	米 鶏肉 ごぼう 人参 油揚げ こんにゃく 青梗菜 もやし パプリカ ごま おかか わかめ えのき 豆腐	牛乳 お米de菓子	牛乳 お米de菓子
29	月	ごはん ナスとピーマンの鍋しぎ 焼きかぼちゃ もずくスープ 果物	米 豚肉 なす ピーマン 人参 南瓜 もずく 長葱 豆腐 かまぼこ	牛乳 ちんすこう	牛乳 小麦粉 砂糖 油
30	火	ごはん レバーの香り揚げ 三色お浸し 味噌汁 果物	米 レバー 生姜 パプリカ ごま油 ほうれん草 もやし かにかま おかか オクラ 大根 油揚げ 長葱	牛乳 マシュマロサンド	牛乳 クラッカー マシュマロ

※献立表には記載していませんが、乳児クラスは午前おやつに牛乳を飲みます。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※今月の果物は「メロン・グレープフルーツ・オレンジ・バナナ」を予定しています。

<今月の平均栄養価>	
乳児	幼児
エネルギー: 489Kcal	エネルギー: 578Kcal
タンパク質: 19.5g	タンパク質: 22.7g
脂質: 15.5g	脂質: 17.8g



今月のオノマトペ

「切干大根のサラダ」  
「スティックサラダ」

どんな音がするかな？