

2026年06月

献立表



日	曜	昼食献立名	幼稚園部給食	昼おやつ	材料(昼食と昼おやつ)			朝おやつ
					赤の食べ物 (血や肉や骨になるもの)	黄色の食べ物 (熱と力になるもの)	緑の食べ物 (体の調子を整えるもの)	
1	月	ごはん 鶏のから揚げ 切り干しナポリタン みそ汁	●	焼きおにぎり ウエハース	鶏もも肉、みそ、油揚げ、かつお節	米、油、片栗粉、砂糖、ごま油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、ピーマン、ごぼう、切り干しだいこん、エリンギ、しょうが	星せんべい
2	火	ごはん 魚の甘酢あん じゃがいもきんぴら みそ汁	●	ごまクッキー チーズ	魚、木綿豆腐、豆乳、みそ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、すりごま、片栗粉	たまねぎ、にんじん、だいこん、生わかめ、しめじ	米ソフトせんべい
3	水	ごはん コーンしゅうまい 大根とあげの煮物 キャベツのおかか和え		きな粉蒸しパン おやついりこ	豚ひき肉、豆乳、油揚げ、いりこ、きな粉、かつお節	米、米粉、砂糖、片栗粉、油	キャベツ、だいこん、にんじん、たまねぎ、コーン、こまつな、しょうが	果物
4	木	ごはん 魚の照り焼き 五色和え みそ汁	●	チャーハンおにぎり チーズ	魚、鶏ひき肉、みそ、油揚げ	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、ごま、ごま油	たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン	星せんべい
5	金	野菜そぼろ丼 はるさめサラダ	●	お麩ラスク おやついりこ	豚ひき肉、挽きわり納豆、バター、ツナ水煮缶、いりこ	米、焼油、砂糖、はるさめ、米粉、油	たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、コーン、きゅうり	米ソフトせんべい
6	土	ミートソースパグティ スープ ポテトサラダ		幼児用菓子	豚ひき肉	スパゲティ、じゃがいも、マヨネーズ、砂糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ピーマン、切り干しだいこん	星せんべい
8	月	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 みそ汁 ごぼうサラダ	●	チーズ蒸しまんじゅう おやついりこ	鶏もも肉、チーズ、みそ、脱脂粉乳、いりこ、ツナ水煮缶、凍り豆腐	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、すりごま	たまねぎ、ごぼう、にんじん、キャベツ、マーマレード、こまつな、きゅうり	米ソフトせんべい
9	火	ごはん 竜田揚げ ひじき煮物 果物 みそ汁	●	コーンおにぎり ウエハース	魚、木綿豆腐、みそ、油揚げ	米、油、片栗粉、砂糖	バナナ、たまねぎ、にんじん、だいこん、こまつな、コーン、ひじき、しょうが	星せんべい
10	水	ごはん 肉じゃが キャベツソテー マカロニサラダ		あじさいゼリー	豚肉、カルピス、ツナ水煮缶	米、じゃがいも、マカロニ、しらたき、砂糖、油、マヨネーズ	キャベツ、ぶどう濃縮果汁、たまねぎ、りんご濃縮果汁、にんじん、きゅうり、ピーマン、粉かんでん	米ソフトせんべい
11	木	ごはん 魚の磯辺焼き 小松菜とコーンの和え物 野菜スープ	●	五平もち チーズ	魚、みそ	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、ごま	こまつな、たまねぎ、だいこん、コーン、にんじん、エリンギ、あおのり	星せんべい
12	金	麻婆丼 切干し大根サラダ	●	にんじんもち おやついりこ	木綿豆腐、豚ひき肉、豆乳、みそ、いりこ、きな粉	米、米粉、砂糖、片栗粉、油	にんじん、たまねぎ、こまつな、切り干しだいこん、コーン、きゅうり	米ソフトせんべい
13	土	ドライカレー コールスローサラダ		幼児用菓子	豚ひき肉	米、じゃがいも、マヨネーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、こまつな、きゅうり、コーン、切り干しだいこん	星せんべい
15	月	ひじきごはん チキンカツ ベンネソテー みそ汁	●	キャベツクラッカー	鶏むね肉、みそ、油揚げ、粉チーズ、脱脂粉乳、凍り豆腐	米、小麦粉、ベンネ、油、パン粉、強力粉、砂糖、マヨネーズ	たまねぎ、キャベツ、だいこん、にんじん、こまつな、ピーマン、エリンギ、ひじき	星せんべい
16	火	ごはん 豆腐ハンバーグ にんじんマリネサラダ みそ汁	●	こまつなおにぎり ウエハース	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、油揚げ、ツナ水煮缶	米、じゃがいも、パン粉、砂糖、片栗粉、油、ごま油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、ごぼう	米ソフトせんべい
17	水	ごはん 南蛮漬 切干大根と高野豆腐の煮物 三色和え		パン	魚、凍り豆腐	米、強力粉、油、砂糖、片栗粉、ごま	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、切り干しだいこん	果物
18	木	ごはん 西京焼き すまし汁 マセドアンサラダ ぶどうゼリー	●	きなこおにぎり チーズ	魚、木綿豆腐、みそ、チーズ、きな粉	米、じゃがいも、油、砂糖、マヨネーズ、片栗粉	ぶどう濃縮果汁、たまねぎ、にんじん、みかん缶、生わかめ、きゅうり、しめじ、粉かんでん	星せんべい
19	金	ピピンパ スープ	●	米粉蒸しケーキ おやついりこ	豚ひき肉、鶏ひき肉、豆乳、いりこ	米、米粉、砂糖、油、ごま、ごま油	こまつな、もやし、たまねぎ、にんじん、だいこん、キャベツ、いちごジャム、えのきたけ、しょうが	米ソフトせんべい
20	土	あんかけ焼きそば おにぎり こまつなのごま和え		幼児用菓子	豚肉、かつお節	生中華めん、米、片栗粉、ごま、ごま油、砂糖	キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、もやし、コーン、切り干しだいこん	星せんべい
22	月	ごはん 鶏のケチャップ煮 みそ汁 野菜の甘酢炒め	●	チヂミ おやついりこ	鶏もも肉、ツナ水煮缶、みそ、とろけるチーズ、いりこ、凍り豆腐	米、じゃがいも、米粉、小麦粉、片栗粉、砂糖、油、ごま油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、なす、コーン、ピーマン	米ソフトせんべい
23	火	ごはん 豚肉の生姜焼き みそ汁 小松菜の磯あえ	●	きつねおにぎり チーズ	豚肉、木綿豆腐、みそ	米、油、片栗粉、ごま、砂糖	たまねぎ、こまつな、にんじん、キャベツ、ごぼう、しょうが、切り干しだいこん、焼きのり	星せんべい
24	水	ごはん 利休焼き ベイクドじゃが ワカメ酢の物		バナナケーキ おやついりこ	魚、いりこ	米、じゃがいも、小麦粉、油、片栗粉、砂糖、ごま	バナナ、だいこん、きゅうり、生わかめ、あおのり	米ソフトせんべい
25	木	ごはん ミートローフ はるさめともよしのソテー みそ汁	●	はりはりおにぎり ウエハース	豚ひき肉、木綿豆腐、油揚げ、みそ	米、はるさめ、片栗粉、油、ごま、砂糖	たまねぎ、にんじん、もやし、だいこん、こまつな、ピーマン、エリンギ、ひじき	星せんべい
26	金	カレーライス 野菜の和え物	●	スコーン	鶏もも肉、木綿豆腐、豆乳	米、じゃがいも、米粉、油、砂糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん	米ソフトせんべい
27	土	豚丼 じゃがいもサラダ スープ		幼児用菓子	豚肉	米、じゃがいも、油、片栗粉、砂糖、マヨネーズ	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、エリンギ、コーン	星せんべい
29	月	ごはん 鶏の照り焼き みそ汁 キャベツのツナ和え	●	枝豆おにぎり ウエハース	鶏もも肉、みそ、油揚げ、ツナ水煮缶、しらす干し	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖、ごま	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、えだまめ	米ソフトせんべい
30	火	ごはん 魚のムニエル 炒り豆腐 トマトソース 野菜スープ	●	チーズじゃが おやついりこ	魚、木綿豆腐、脱脂粉乳、とろけるチーズ、いりこ	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖	たまねぎ、トマト、だいこん、にんじん、なす、こまつな、ごぼう、コーン	星せんべい
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	446kcal 16.7g 12.3g 1.0g	※食材の仕入れなどにより、献立・材料が変更になる場合がありますので、ご了承ください。 ※ナースリーの給食は、家庭での食事の様子に合わせて献立内容が変更になります。 まだ食べたことのない食材を家庭で食べてアレルギー症状などの問題ない場合はお知らせください。 ※幼稚園部は毎週水曜日がお弁当になります。				