

2026年
6月

献立表



すぎの幼稚園 認定こども園

日曜	献立名		あか	黄	みどり
	昼食	◎10時おやつ ◎午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	カや体温のもとになる	体の調子を整える
1月	ごはん けんちん汁 いわしのごま味噌煮 キャベツと蒸し鶏の和え物 ヨーグルト	○ホットケーキ	油揚げ いわしのごま味噌煮 蒸し鶏 ヨーグルト	米 里芋 ドレッシング	大根 にんじん しいたけ 長ねぎ キャベツ きゅうり
2火	ごはん 春雨スープ ポークチャップ ほうれん草のツナ和え	○マシュマロクリスピー	なると 豚肉 ツナ	米 春雨 ドレッシング	にんじん 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ コーン
3水	ごはん みそ汁 鶏肉のトマト煮 春雨のマヨ和え おかかふりかけ	○ドーナツ	高野豆腐 たまご 鶏肉 ハム	米 カレー粉 春雨 マヨネーズ ふりかけ	小松菜 玉ねぎ トマト缶 にんじん きゅうり
4木	ごはん みそ汁 チーズはんぺんフライ 肉じゃが	○今川焼き(カスタード)	チーズはんぺんフライ 豚肉	米 じゃがいも	なす しめじ いら 玉ねぎ にんじん グリンピース
5金	ごはん みそ汁 ホキの西京焼き マカロニサラダ 納豆	○ベルギーワッフル	油揚げ ホキ西京漬け ツナ 納豆	米 マカロニサラダ	もやし わかめ きゅうり コーン
8月	ごはん 豚汁 サーモンの塩焼き ブロッコリーの炒り卵和え	○スナックスティック	豚肉 豆腐 サーマン塩焼き たまごそぼろ	米 里芋 ごま マヨネーズ	大根 にんじん 長ねぎ ブロッコリー カリフラワー
9火	ごはん みそ汁 ハンバーグ コーンサラダ	○ココア蒸しパン	油揚げ ハンバーグ	米 マヨネーズ	大根 にんじん キャベツ きゅうり コーン
10水	ピラフ ポタージュスープ 照焼チキン キャベツとカニカマのサラダ お誕生日ゼリー(青りんご)	○カルシウムせんべい	ウイナー 照焼チキン カニカマ	米 ドレッシング 青りんごゼリーの素	黄ピーマン ピーマン ポタージュスープ キャベツ カリフラワー きゅうり リンゴ缶
11木	ごはん みそ汁 サバの竜田揚げ もやしのナムル ヨーグルト	○ペアクリームワッフル	サバ 蒸し鶏 ヨーグルト	米	玉ねぎ いら えのきたけ もやし アスパラ にんじん
12金	ごはん 豆腐のかきたま汁 豚肉のバーベキュー炒め 小松菜のごま和え チーズ	○きな粉トースト	たまご 豆腐 豚肉 ちくわ チーズ	米 ごま	青ネギ 玉ねぎ 小松菜 白菜 にんじん
13土	カレーライス 幼児牛乳 チーズ	○お菓子 野菜ジュース	豚肉 牛乳 チーズ	米 じゃがいも カレールウ	玉ねぎ 人参
15月	ビビンバ風丼 ワンタンスープ フルーツヨーグルト	○マドレーヌ	鶏ひき肉 なると ヨーグルト ホイップクリーム	米 ごま ワンタンの皮	にんじん ほうれん草 もやし 長ねぎ みかん缶 パナナ
16火	味噌煮込みうどん ミニ春巻き パナナ	○ホットケーキ	鶏肉 ミニ春巻き	うどん	大根 にんじん まいたけ ごぼう 長ねぎ パナナ
17水	ごはん みそ汁 エビかつ 厚揚げのそぼろ煮	○プリン	エビかつ 生揚げ 豚ひき肉	米 おつゆ麩	チンゲン菜 しめじ しいたけ にんじん グリンピース
18木	食パン ジャム ミートコロッケ ブロッコリーのツナサラダ 牛乳	○焼きおにぎり	ミートコロッケ ツナ 牛乳	食パン ジャム ドレッシング	ブロッコリー 玉ねぎ コーン
19金	チキンカレー コールスローサラダ みかん缶 野菜ジュース	○牛乳ケーキ	鶏肉	米 じゃがいも カレールー ドレッシング	にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン きゅうり みかん缶 野菜ジュース
20土	ハヤシライス 幼児牛乳 チーズ	○お菓子 野菜ジュース	豚肉 牛乳 チーズ	米 ハヤシルウ	玉ねぎ 人参
22月	ごはん みそ汁 さんまのみぞれ煮 チンゲン菜のソテー 納豆	○たいやき	高野豆腐 さんまのみぞれ煮 ベーコン 納豆	米	玉ねぎ インゲン チンゲン菜 もやし にんじん えのきたけ
23火	ごはん のっぺい汁 若鶏のごま照り焼き たまごサラダ	○スイートポテト	油揚げ 若鶏のごま照り焼き たまごサラダ かにかま	米 里芋	にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ カリフラワー きゅうり
24水	スパゲッティナポリタン コンソメスープ フラワーサラダ ヨーグルト	○焼きおにぎり	ベーコン 蒸し鶏 ヨーグルト	スパゲッティ ドレッシング	玉ねぎ にんじん マッシュルーム 缶 ピーマン わかめ かぶ 葉だ いごん カリフラワー プ ロッコリー
25木	ごはん みそ汁 魚のから揚げ(赤魚) ポテトサラダ	○マールカオ	赤魚 ハム	米 ポテトサラダ	玉ねぎ いら にんじん きゅうり
26金	中華丼 中華風コンソメスープ ブロッコリーのおかか和え ストロベリーゼリー	○チーズ蒸しパン	豚肉 むきエビ たまご カニカマ	米 ストリベリーゼリー	白菜 にんじん 玉ねぎ しいたけ コーン 青ネギ ブロッコリー カリフラワー
27土	親子丼 幼児牛乳 チーズ	○お菓子 野菜ジュース	鶏肉 卵 幼児牛乳 チーズ	米	たまねぎ みつば
29月	ごはん みそ汁 ヒレカツ ひじきと里芋の炒り煮	○ピザトースト	ヒレカツ さつま揚げ	米 里芋	玉ねぎ いら にんじん ひじき インゲン
30火	焼きそば 野菜入りつくね オレンジ 牛乳	○マカロニきなこ	豚肉 野菜入りつくね 牛乳	中華麺	キャベツ にんじん もやし ピーマン オレンジ

給食MEMO

・園の都合で献立の内容が変更になることがあります。

<平均給与栄養量>

3歳未満児 : エネルギー 469Kcal たんぱく質 14.6g 脂質 13.2g 食相当量 2.0g
3歳以上児(昼食のみ) : エネルギー 420Kcal たんぱく質 14.8g 脂質 11.7g 食相当量 2.1g