

令和8年



～給食献立表～

※主食は未満児(ひよこ、りす、うさぎ)クラスのみ提供になります。

※幼児(ばんび、きりん、ぞう)クラスは家庭から主食を持参しますので、栄養量には含まれておりません。

献立は都合により変更になることがあります。

※6月26(金)は誕生会です。幼児(ばんび、きりん、ぞう)クラスは、自宅からの白米の持ち込みはいいません。

日	曜	屋 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	三歳未満児		三歳以上児	
							エネルギーたんぱく質	脂肪塩分	エネルギーたんぱく質	脂肪塩分
1	月	鶏甘酢 ノンエッグタルタル 小松菜ごまおかか和え みそ汁(刻み麩、大根、人参、葱) バナナ	お茶 にんじんおにぎり	・若鶏むね(皮なし) ・かつお節・煮干し ・甘みそ・油揚げ	・片栗粉・薄力粉・なたね油 ・三温糖・マヨドレ・ごま ・刻みふ・精白米	・たまねぎ・きゅうり・黄ピーマン ・こまつな・にんじん・だいこん ・長ねぎ・バナナ	369kcal 15.5g	14.7g 1.3g	316kcal 15.3g	18.0g 1.6g
2	火	さばの塩焼き 根菜カミカミ甘辛 みそ汁(キャベツ、人参、葱) オレンジ	三陸わかめラーメン	・さば・煮干し・甘みそ ・蒸しかまぼこ	・さつまいも・片栗粉 ・なたね油・三温糖・精白米 ・中華めん	・ごぼう・にんじん・キャベツ ・長ねぎ・オレンジ・わかめ	408kcal 17.7g	9.8g 1.3g	366kcal 18.1g	11.9g 1.6g
3	水	焼肉炒め 水菜ゆかり和え みそ汁(もやし、人参、ねぎ) バナナ	フルーツヨーグルト	・ぶたもも・ぶたばら ・煮干し・甘みそ ・プレーンヨーグルト	・なたね油・三温糖・精白米	・エリンギ・青ピーマン・黄ピーマン ・たまねぎ・みずな・にんじん ・りょくとうもやし ・長ねぎ・バナナ・みかん缶詰 ・パインアップル缶詰	331kcal 13.7g	9.5g 0.7g	269kcal 13.1g	11.5g 0.9g
4	木	☆親子遠足☆ サラダうどん 焼き鳥 トマト すまし汁(五色麩、人参、えのき、葱) オレンジ	牛乳 ちんすこう	・まぐろ水煮缶詰 ・かつお節・鶏もも ・煮干し・普通牛乳	・うどん・三温糖・五色麩 ・薄力粉・なたね油	・にんじん・きゅうり・トマト ・キャベツ・焼きのり・長ねぎ ・えのきたけ・オレンジ	402kcal 15.1g	15.3g 2.1g		
5	金	麩揚げキャベツ添え 胡瓜とささみの梅和え みそ汁(豆腐、なめこ、葱) バナナ	牛乳 ジャムサンド	・若鶏ささ身・木綿豆腐 ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳	・車ふ・片栗粉・マヨドレ ・三温糖・大豆油・精白米 ・食パン	・しょうが・キャベツ・きゅうり ・うめ調味漬・なめこ・長ねぎ ・バナナ・いちごジャム	423kcal 18.1g	10.5g 0.8g	383kcal 18.5g	12.7g 1.0g
6	土	ポークケチャップ ブロッコリーマヨドレかけ みそ汁(玉ねぎ、人参、えのき、葱) オレンジ	牛乳 焼きハッシュドポテト	・ぶたもも・ぶたばら ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳	・三温糖・マヨドレ・精白米 ・じゃがいも・なたね油	・たまねぎ・トマトケチャップ ・ブロッコリー・にんじん ・えのきたけ・長ねぎ・オレンジ	324kcal 13.9g	12.5g 0.5g	260kcal 13.3g	15.2g 0.6g
7	日	休園日								
8	月	ハンバーグ マーメレードソース マカロニサラダ みそ汁(じゃが芋、人参、玉ねぎ、葱) オレンジ	牛乳 さつま芋蒸しパン	・ぶたひき肉・ロースハム ・生クリーム・煮干し ・甘みそ・普通牛乳・豆乳	・パン粉 ・マカロニ ・マヨドレ・じゃがいも ・精白米 ・ホットケーキミックス	・たまねぎ・マーメレード・オレンジ ・にんじん・きゅうり・長ねぎ	462kcal 18.9g	15.1g 1.0g	433kcal 19.5g	18.5g 1.3g
9	火	うめ納豆 鱈マヨケチャップ炒め やみつき胡瓜 みそ汁(高野豆腐、人参、玉ねぎ、葱) バナナ	そうめん	・納豆・みなみくろたら ・凍り豆腐・煮干し ・甘みそ・蒸しかまぼこ	・三温糖 ・和風ドレッシング ・天ぷら粉・マヨドレ ・ごま油・いりごま・精白米 ・そうめん	・はくさい・ほうれんそう・長ねぎ ・うめ調味漬・トマトケチャップ ・きゅうり・にんじん・たまねぎ ・バナナ	394kcal 20.2g	5.9g 2.1g	348kcal 21.2g	7.0g 2.6g
10	水	豚肉生姜焼き 大根と海藻サラダ すまし汁(花麩、人参、えのき、葱) オレンジ	お茶 ゆかりおにぎり	・ぶたもも・ぶたばら ・煮干し	・なたね油 ・和風ドレッシング ・花麩・精白米 ・いりごま	・たまねぎ・青ピーマン・しょうが ・だいこんの葉・にんじん ・カットわかめ・えのきたけ・長ねぎ ・オレンジ・梅干し	379kcal 13.4g	10.3g 0.8g	329kcal 12.7g	12.5g 1.1g
11	木	鶏団子スープ ジャーマンポテト トマト オレンジ	お茶 うすやき	・木綿豆腐・鶏ひき肉 ・ウインナーソーセージ ・でんぶ	・片栗粉・三温糖・じゃがいも ・なたね油・精白米・薄力粉 ・マヨドレ	・たまねぎ・にんじん・しょうが ・キャベツ・こまつな・えのきたけ ・青ピーマン・トマト・オレンジ ・焼きのり・長ねぎ	324kcal 10.3g	9.1g 1.6g	261kcal 8.8g	10.9g 2.0g
12	金	チキンソテー トマトソースかけ ブロッコリーマヨドレかけ みそ汁(大根、人参、葱、油揚げ) バナナ	牛乳 もちもちごまドーナツ	・若鶏もも・油揚げ ・煮干し・甘みそ ・普通牛乳・絹ごし豆腐 ・豆乳	・三温糖・マヨドレ・精白米 ・ホットケーキミックス ・白玉粉・なたね油・ごま	・ホールトマト・たまねぎ ・ブロッコリー・だいこん・長ねぎ ・にんじん・バナナ	560kcal 20.6g	17.6g 1.0g	555kcal 21.7g	21.6g 1.2g
13	土	ビーフン ほうれん草マヨ みそ汁(キャベツ、人参、葱) バナナ	牛乳寒天	・ぶたもも・煮干し ・甘みそ・普通牛乳	・ビーフン・マヨドレ ・三温糖・精白米	・キャベツ・青ピーマン・たまねぎ ・にんじん・ほうれんそう・長ねぎ ・バナナ・寒天・みかん缶詰	321kcal 11.3g	6.5g 0.5g	256kcal 10.1g	7.7g 0.6g
14	日	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
15	月	ハヤシライス パスタ炒め 胡瓜のツナコーンサラダ みそ汁(もやし、人参、ねぎ) バナナ	フルーチェ(オレンジ添え)	・ぶたもも ・ウインナーソーセージ ・まぐろ油漬缶詰・煮干し ・甘みそ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・なたね油 ・マカロニ ・オリーブ油・三温糖・精白米	・たまねぎ・にんじん・ホールトマト ・トマトピューレ・コーン缶詰粒 ・きゅうり・ゆでスイートコーン ・だいちもやし・長ねぎ・バナナ ・いちごジャム・オレンジ	560kcal 18.0g	14.2g 1.7g	556kcal 18.5g	17.4g 2.2g
16	火	よしやれ鶏南蛮 大根と水菜ごまみそマヨサラダ すまし汁(花麩、えのき、人参、三つ葉) オレンジ	牛乳 焼きそば	・若鶏もも・甘みそ ・煮干し・普通牛乳 ・ぶたひき肉	・薄力粉・大豆油・三温糖 ・いりごま・マヨドレ ・花麩・精白米・中華めん	・しょうが・長ねぎ・レモン果汁 ・だいこん・みずな・にんじん ・えのきたけ・根みつば・オレンジ ・キャベツ・だいちもやし ・青ピーマン・たまねぎ	414kcal 18.8g	14.3g 0.8g	373kcal 19.4g	17.5g 1.0g

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	エネルギー たんぱく質	脂肪 塩分	エネルギー たんぱく質	脂肪 塩分
17	水	生揚げひき肉炒め 白菜炒り煮 みそ汁(玉ねぎ、人参、えのき、葱) バナナ	お茶 おいなりさん	・ぶたひき肉・生揚げ ・油揚げ・煮干し・甘みそ	・片栗粉・三温糖 ・精白米・いりごま	・こねぎ・はくさい・にんじん ・たまねぎ・えのきたけ・長ねぎ ・バナナ	433kcal 16.7g	13.0g 0.6g	397kcal 16.7g	15.9g 0.7g
18	木	ぎょうざ丼 ちくわとピーマンの金平 もやしナムル あおさ中華スープ オレンジ	牛乳 アメリカンドック	・ぶたひき肉・焼き竹輪 ・普通牛乳・豆乳 ・魚肉ソーセージ	・たけのこいも水煮・ごま油 ・三温糖・片栗粉 ・ぎょうざの皮・なたね油 ・ごま・精白米 ・ホットケーキミックス	・キャベツ・長ねぎ・しょうが ・青ピーマン・りょくとうもやし ・きゅうり・にんじん・あおさ ・オレンジ・トマトケチャップ	442kcal 20.1g	17.4g 1.6g	408kcal 21.1g	21.4g 2.0g
19	金	鮭のキャロットソース焼き 棒棒鶏 さつま芋の甘煮 みそ汁(大根、人参、葱) バナナ	オレンジ ソファール元気 かーさんケット	・さけ・鶏ささ身・甘みそ ・煮干し・ヨーグルト	・マヨドレ・三温糖・ごま ・ごま油・さつまいも・精白米	・にんじん・みずな・きゅうり ・だいこん・長ねぎ・バナナ ・オレンジ	408kcal 22.5g	6.3g 0.8g	366kcal 24.1g	7.5g 1.0g
20	土	豚肉の梅照り焼き 小松菜のり和え すまし汁(豆腐、えのき、人参、葱) バナナ	お茶 チキンライス	・ぶたもも・ぶたばら ・絹ごし豆腐・煮干し	・三温糖・精白米	・たまねぎ・梅干し調味漬・こまつな ・にんじん・焼きのり・長ねぎ ・えのきたけ・バナナ	323kcal 12.0g	5.2g 1.4g	260kcal 11.0g	6.1g 1.7g
21	日	休園日								
22	月	やさいかき揚げ 山形のだし風和え物 みそ汁(若布、玉ねぎ、人参、葱) オレンジ	お茶 五目おこわ	・絹ごし豆腐・煮干し ・甘みそ・油揚げ	・天ぶら粉・薄力粉・なたね油 ・三温糖・片栗粉 ・もち米・精白米	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ・きゅうり・なす・オクラ・長ねぎ ・刻み昆布・塩わかめ・オレンジ ・ぶなしめじ・ごぼう	337kcal 9.9g	6.3g 0.9g	277kcal 8.3g	7.5g 1.1g
23	火	すき焼き風煮 鶏ハム にんじん糸こん炒め バナナ	にくみそうどん	・ぶたもも・木綿豆腐 ・鶏むね・ぶたひき肉 ・甘みそ	・しらたき・板ふ・三温糖 ・なたね油・こんにやく ・いりごま・精白米・うどん	・はくさい・にんじん・長ねぎ ・えのきたけ・バナナ ・たけのこ水煮缶詰・乾しいたけ ・しょうが・きゅうり	456kcal 18.5g	12.4g 1.9g	425kcal 19.0g	15.1g 2.4g
24	水	豚肉と大根煮 ブロッコリーのおかか和え みそ汁(刻み麩、もやし、人参、葱) オレンジ	牛乳 フランクフルト	・ぶたばら・ぶたもも ・かつお節・煮干し ・甘みそ・普通牛乳 ・ウインナーソーセージ	・つきこんにやく・なたね油 ・三温糖・刻み麩・精白米	・だいこん・生しいたけ・にんじん ・ブロッコリー・だいずもやし ・長ねぎ・オレンジ ・トマトケチャップ	382kcal 17.6g	18.9g 1.3g	333kcal 17.9g	23.2g 1.6g
25	木	☆お弁当の日☆	牛乳 ピザトースト	・普通牛乳 ・ウインナーソーセージ	・食パン・マヨドレ	・青ピーマン・たまねぎ ・トマトケチャップ	178kcal 7.2g	8.9g 0.7g	222kcal 9.0g	11.1g 0.9g
26	金	～お誕生日会 世界の料理 シンガポール～ 海南鶏飯(ハイナンチーフアン) スピナッチサラダ トマト 野菜スープ メロン	牛乳 ピザゴレン	・若鶏もも ・まぐろ油漬缶詰 ・普通牛乳・豆乳	・精白米・三温糖 ・ホットケーキミックス	・にんじん・長ねぎ・しょうが ・きゅうり・ほうれんそう ・コーン缶詰粒・トマト・たまねぎ ・メロン・バナナ	374kcal 13.8g	11.2g 1.1g	468kcal 17.2g	14.0g 1.4g
27	土	チンジャオロース風 春雨の酢の物 豆腐とかにかまのスープ オレンジ	星たべよ ミカンゼリー	・ぶたもも(赤肉) ・ぶたばら・絹ごし豆腐 ・かにかまぼこ・ゼラチン	・三温糖・片栗粉・ごま油 ・緑豆はるさめ・ごま・精白米	・にんじん・青ピーマン ・りょくとうもやし・しょうが ・きゅうり・長ねぎ・オレンジ ・みかん缶詰・みかんジュース	356kcal 11.7g	9.4g 0.5g	301kcal 10.5g	11.3g 0.7g
28	日	各自おかず入り弁当持参	牛乳 煎餅	・普通牛乳	・米でん粉		80kcal 3.3g	3.9g 0.1g	100kcal 4.2g	4.9g 0.1g
29	月	肉団子の甘酢あんかけ 大根とかにかまの酢の物 若布スープ オレンジ	牛乳 クラッカーサンド	・おから・ぶたひき肉 ・かにかまぼこ・普通牛乳 ・クリームチーズ	・大豆油・三温糖・片栗粉 ・ごま・精白米 ・スナッククラッカー	・たまねぎ・にんじん・しょうが ・だいこん・わかめ・長ねぎ ・オレンジ・いちごジャム	439kcal 16.3g	20.7g 1.2g	404kcal 16.3g	25.5g 1.5g
30	火	鱈のネギ味噌焼き ほうれん草と人参の白和え みそ汁(キャベツ、人参、葱) バナナ	牛乳 ナポリタン	・さわら・甘みそ ・木綿豆腐・煮干し ・普通牛乳 ・ウインナーソーセージ	・ごま・三温糖・精白米 ・スパゲティ ・オリーブ油	・しょうが・長ねぎ・ほうれんそう ・にんじん・キャベツ・バナナ ・たまねぎ・青ピーマン ・トマトケチャップ	423kcal 20.5g	12.8g 0.9g	384kcal 21.5g	15.6g 1.1g

6月の予定

- ・6月4日(木) 親子遠足
未満児さん(ひよこ組、りす組、うさぎ組)
のみ、給食が出ます。
- ・6月16日(火) そう組さん試食会
- ・6月25日(木) お弁当の日
お忙しいところ恐れ入りますが、
準備をお願いいたします。



～食中毒を予防しましょう～

気温、湿度ともに高くなっていく季節…
食中毒を起こさないよう、以下のことに気を付けて
予防しましょう！

①つけない(清潔 洗浄 手洗い)

②ふやさない(低温管理 乾燥)

③やっつける(加熱 消毒)