



6月 献立表



令和8年

ミルクホーム

日 曜	献立名	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
		朝食	昼食	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	ミニアスバラガス牛乳	ご飯 味噌汁 肉じゃがが 塩こうじドレッシングサラダ チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 肉じゃがが 塩こうじドレッシングサラダ チーズ 麦茶	シュガードーナツ 牛乳	味噌 豚肉 テーズ 絹ごし豆腐 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 塩こうじ ホットケーキミックス ビスケット	植物だし 大根 わかめ 玉ねぎ 人参 グリンピース ブロッコリー キャベツ	水 万能つゆ みりん 穀物酢 麦茶
2 火	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き 塩昆布和え パナナ 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き 塩昆布和え パナナ 麦茶	焼きビーフン 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 ロースハム 牛乳	米 ごま油 砂糖 油 ビーフン マンナビスケット	植物だし 白菜 長ねぎ にんにく しょうが 青のり もやし 人参 玉ねぎ ほうれん草 塩昆布 パナナ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 料理酒 麦茶 みりん
3 水	ほうれん草と小松菜せんべい牛乳	タコライス コンソメスープ ペイクドじゃが グレープフルーツ 麦茶	タコライス コンソメスープ ペイクドじゃが グレープフルーツ 麦茶	麩のラスク 牛乳	豚肉 テーズ 牛乳	米 油 砂糖 じゃが芋 小切麩 無塩バター ほうれん草と小松菜せんべい	にんにく キャベツ トマト えのき茸 チンゲン菜 ハセリ グレープフルーツ 人参	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 麦茶
4 木	クラッカー牛乳	【歯と口の健康週間】ご飯 味噌汁 鶏ささみの南蛮揚げ カニカマごぼうサラダ ジョア 麦茶	【歯と口の健康週間】ご飯 味噌汁 鶏ささみの南蛮揚げ カニカマごぼうサラダ ジョア 麦茶	あじさいゼリー ウエハース 牛乳	味噌 鶏肉 ジョア 牛乳	米 薄力粉 片栗粉 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース クラッカー	植物だし 玉ねぎ なす 切干大根 ごぼう 人参 コーン ふどうジュース アガー りんごジュース	水 塩 料理酒 麦茶
5 金	せんべい牛乳	【芒種】ご飯 味噌汁 かれいの照り焼き キャベツのごま酢和え メロン 麦茶	【芒種】ご飯 味噌汁 かれいの照り焼き キャベツのごま酢和え メロン 麦茶	かたつむりクッキー 牛乳	味噌 油揚げ きれい 牛乳	米 さつま芋 砂糖 ごま ごま油 無塩バター 薄力粉 せんべい	植物だし キャベツ 人参 きゅうり コーン メロン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶 穀物酢 コア
6 土	野菜入りそふとせん牛乳	厚揚げの味噌炒め丼 すまし汁 小松菜の和え物 オレンジ 麦茶	厚揚げの味噌炒め丼 すまし汁 小松菜の和え物 オレンジ 麦茶	カップゼリー せんべい 牛乳	厚揚げ 鶏肉 味噌 かつおだしパック 牛乳	米 油 砂糖 小切麩 ごま油 いちごゼリー せんべい 野菜入りそふとせん	人参 玉ねぎ ビーマン 干しいたけ 小松菜 もやし オレンジ	水 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 塩 万能つゆ 麦茶
8 月	せんべい牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき入りつくね ごま和え グレープフルーツ 麦茶	ご飯 味噌汁 ひじき入りつくね ごま和え グレープフルーツ 麦茶	豆乳もち 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 豆乳 きな粉 牛乳	米 油 バン粉 砂糖 ごま 片栗粉 せんべい	植物だし 南瓜 玉ねぎ 人参 ひじき 白菜 ほうれん草 グレープフルーツ	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
9 火	おこめせん牛乳	ハヤシライス 野菜スープ ズッキーニとじゃが芋のソテー ヨーグルト 麦茶	ハヤシライス 野菜スープ ズッキーニとじゃが芋のソテー ヨーグルト 麦茶	野菜クラッカー 牛乳	豚肉 ヨーグルト 牛乳	米 油 じゃが芋 砂糖 薄力粉 おこめせん	玉ねぎ 人参 しめじ ダイスタマト ズッキーニ パプリカ ハセリ	水 ハヤシフレーク 塩 チキンスープの素 麦茶 ペーキングパウダー
10 水	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 さばの照り煮 海苔和え オレンジ 麦茶	ご飯 味噌汁 さばの照り煮 海苔和え オレンジ 麦茶	フルーツパンサンド 牛乳	味噌 さば クリーム 牛乳	米 砂糖 ごま油 油 フルーツパン マンナビスケット	植物だし 白菜 わかめ キャベツ 人参 ブロッコリー 焼きのり オレンジ	水 料理酒 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
11 木	ミニアスバラガス牛乳	野菜パン コンソメスープ 鶏肉のコンソメ パインサラダ チーズ 麦茶	野菜パン コンソメスープ 鶏肉のコンソメ パインサラダ チーズ 麦茶	おかかおにぎり 小魚 麦茶	鶏肉 テーズ かつお節 煮干し 牛乳	野菜パン 油 米 砂糖 ビスケット	えのき茸 玉ねぎ キャベツ コンクリーム ハセリ 人参 きゅうり パイン缶	チキンスープの素 塩 料理酒 穀物酢 麦茶 こいくちしょうゆ
12 金	野菜入りそふとせん牛乳	ご飯 ワンタンスープ さわらの中華風味噌焼き トマトドレッシング和え パナナ 麦茶	ご飯 ワンタンスープ さわらの中華風味噌焼き トマトドレッシング和え パナナ 麦茶	型抜きクッキー 牛乳	さわら 味噌 牛乳	米 ごま油 ワンタン 砂糖 薄力粉 無塩バター 野菜入りそふとせん	玉ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく 白菜 人参 コーン パナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 トマトドレッシング 麦茶
13 土	クラッカー牛乳	鶏肉の五目煮丼 味噌汁 チンゲン菜のお浸し オレンジ 麦茶	鶏肉の五目煮丼 味噌汁 チンゲン菜のお浸し オレンジ 麦茶	パンケーキ せんべい 牛乳	鶏肉 油揚げ 味噌 高野豆腐 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 パンケーキ せんべい クラッカー	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース 植物だし チンゲン菜 もやし オレンジ	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶
15 月	ミニアスバラガス牛乳	ご飯 味噌汁 肉じゃがが 塩こうじドレッシングサラダ チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 肉じゃがが 塩こうじドレッシングサラダ チーズ 麦茶	シュガードーナツ 牛乳	味噌 豚肉 テーズ 絹ごし豆腐 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 塩こうじ ホットケーキミックス ビスケット	植物だし 大根 わかめ 玉ねぎ 人参 グリンピース ブロッコリー キャベツ	水 万能つゆ みりん 穀物酢 麦茶
16 火	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き 塩昆布和え パナナ 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り焼き 塩昆布和え パナナ 麦茶	焼きビーフン 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 ロースハム 牛乳	米 ごま油 砂糖 ビーフン 油 マンナビスケット	植物だし 白菜 長ねぎ にんにく しょうが 青のり もやし 人参 玉ねぎ ほうれん草 塩昆布 パナナ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 料理酒 麦茶 みりん
17 水	ほうれん草と小松菜せんべい牛乳	タコライス コンソメスープ ペイクドじゃが グレープフルーツ 麦茶	タコライス コンソメスープ ペイクドじゃが グレープフルーツ 麦茶	麩のラスク 牛乳	豚肉 テーズ 牛乳	米 油 砂糖 じゃが芋 小切麩 無塩バター ほうれん草と小松菜せんべい	にんにく キャベツ トマト えのき茸 チンゲン菜 ハセリ グレープフルーツ 玉ねぎ 人参	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 麦茶
18 木	クラッカー牛乳	ご飯 味噌汁 茄子と鶏肉の炒め物 納豆和え チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 茄子と鶏肉の炒め物 納豆和え チーズ 麦茶	パンケーキいちごジャム添え 牛乳	味噌 鶏肉 納豆 テーズ 牛乳	米 油 ホットケーキミックス いちごジャム クラッカー	植物だし 切干大根 小松菜 なす 人参 パプリカ 白菜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶
19 金	せんべい牛乳	【夏至】ご飯 味噌汁 おじの南蛮漬け キャベツのマヨサラダ ジョア 麦茶	【夏至】ご飯 味噌汁 おじの南蛮漬け キャベツのマヨサラダ ジョア 麦茶	かたつむりクッキー 牛乳	味噌 木綿豆腐 あじ ジョア 牛乳	米 薄力粉 油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター せんべい	植物だし なめこ しょうが 玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ コーン ココア	水 料理酒 塩 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 ココア
20 土	野菜入りそふとせん牛乳	厚揚げの味噌炒め丼 すまし汁 小松菜の和え物 オレンジ 麦茶	厚揚げの味噌炒め丼 すまし汁 小松菜の和え物 オレンジ 麦茶	カップゼリー せんべい 牛乳	厚揚げ 鶏肉 味噌 かつおだしパック 牛乳	米 油 砂糖 小切麩 ごま油 いちごゼリー せんべい 野菜入りそふとせん	人参 玉ねぎ ビーマン 干しいたけ 小松菜 もやし オレンジ	水 みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 塩 万能つゆ 麦茶
22 月	せんべい牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき入りつくね ごま和え グレープフルーツ 麦茶	ご飯 味噌汁 ひじき入りつくね ごま和え グレープフルーツ 麦茶	豆乳もち 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 豆乳 きな粉 牛乳	米 油 バン粉 砂糖 ごま 片栗粉 せんべい	植物だし 南瓜 玉ねぎ 人参 ひじき 白菜 ほうれん草 グレープフルーツ	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
23 火	おこめせん牛乳	ハヤシライス 野菜スープ ズッキーニとじゃが芋のソテー ヨーグルト 麦茶	ハヤシライス 野菜スープ ズッキーニとじゃが芋のソテー ヨーグルト 麦茶	野菜クラッカー 牛乳	豚肉 ヨーグルト 牛乳	米 油 じゃが芋 砂糖 薄力粉 おこめせん	玉ねぎ 人参 しめじ ダイスタマト ズッキーニ パプリカ ハセリ	水 ハヤシフレーク 塩 チキンスープの素 麦茶 ペーキングパウダー
24 水	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 さばの照り煮 海苔和え オレンジ 麦茶	ご飯 味噌汁 さばの照り煮 海苔和え オレンジ 麦茶	ジャムサンド 牛乳	味噌 さば 牛乳	米 砂糖 ごま油 食パン 油 いちごジャム マンナビスケット	植物だし 白菜 わかめ キャベツ 人参 ブロッコリー 焼きのり オレンジ	水 料理酒 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
25 木	ミニアスバラガス牛乳	野菜パン コンソメスープ 鶏肉のコンソメ パインサラダ チーズ 麦茶	野菜パン コンソメスープ 鶏肉のコンソメ パインサラダ チーズ 麦茶	おかかおにぎり 小魚 麦茶	鶏肉 テーズ かつお節 煮干し 牛乳	野菜パン 油 米 砂糖 ビスケット	えのき茸 玉ねぎ キャベツ コンクリーム ハセリ 人参 きゅうり パイン缶	チキンスープの素 塩 料理酒 穀物酢 麦茶 こいくちしょうゆ
26 金	野菜入りそふとせん牛乳	ご飯 ワンタンスープ さわらの中華風味噌焼き トマトドレッシング和え パナナ 麦茶	ご飯 ワンタンスープ さわらの中華風味噌焼き トマトドレッシング和え パナナ 麦茶	カップケーキ 牛乳	さわら 味噌 牛乳 クリーム	米 ごま油 ワンタン 砂糖 無塩バター 油 薄力粉 野菜入りそふとせん	玉ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく 白菜 人参 コーン パナナ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 トマトドレッシング 麦茶 ペーキングパウダー
27 土	クラッカー牛乳	鶏肉の五目煮丼 味噌汁 チンゲン菜のお浸し オレンジ 麦茶	鶏肉の五目煮丼 味噌汁 チンゲン菜のお浸し オレンジ 麦茶	パンケーキ せんべい 牛乳	鶏肉 油揚げ 味噌 高野豆腐 牛乳	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 パンケーキ せんべい クラッカー	人参 玉ねぎ 干しいたけ グリンピース 植物だし チンゲン菜 もやし オレンジ	水 塩 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶
29 月	ほうれん草と小松菜せんべい牛乳	豆乳担々麺 さつま芋のレモン煮 パナナ 麦茶	豆乳担々麺 さつま芋のレモン煮 パナナ 麦茶	ひじきご飯 麦茶	豚肉 味噌 豆乳 油揚げ 牛乳	中華麺 ごま油 ごま さつま芋 砂糖 米 ほうれん草と小松菜せんべい	にんにく しょうが 人参 玉ねぎ チンゲン菜 コーン レモン パナナ ひじき	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶 万能つゆ みりん
30 火	クラッカー牛乳	ご飯 味噌汁 茄子と鶏肉の炒め物 納豆和え チーズ 麦茶	ご飯 味噌汁 茄子と鶏肉の炒め物 納豆和え チーズ 麦茶	パンケーキいちごジャム添え 牛乳	味噌 鶏肉 納豆 テーズ 牛乳	米 油 ホットケーキミックス いちごジャム クラッカー	植物だし 切干大根 小松菜 なす 人参 パプリカ 白菜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 塩 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼 日 様	550	19.3	17.1	300	1.5
児 日 様	545	20.5	17.3	291	1.5
乳 日 様	481	16.8	15	225	1.3
児 日 様	473	17.5	15.3	287	1.2

☆ 園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。