



# 6月 献立表



令和8年

ミルクホーム

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 月	せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 肉じゃが 塩こじドレッシングサラダ バナナアップル 麦茶	麩のラスク 牛乳	味噌 豚肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 塩こじ 小切麩 無塩バター せんべい	植物だし 大根 わかめ えのき茸 玉ねぎ 人参 グリンピース ブロッコリー キャベツ バイナップル	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 バナナ 麦茶	かぼちゃ餅 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 油 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 ほうれん草 塩昆布 バナナ 南瓜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶 みりん
3 水	せんべい 牛乳	タコライス コンソメスープ お芋のサラダ グレープフルーツ 麦茶	焼きビーフン 牛乳	豚肉 チーズ ロースハム 牛乳	米 玄米 油 さつま芋 じゃが芋 砂糖 ビーフン ごま油 せんべい	にんにく キャベツ トマト えのき茸 玉ねぎ チンゲン菜 きゅうり グレープフルーツ 玉ねぎ 人参	水 トマトケチャップ 中華ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 穀物酢 麦茶 料理酒
4 木	クラッカー 牛乳	【歯と口の健康週間】ご飯 味噌汁 鶏ささみの南部揚げ カミカミごぼうサラダ ジョア 麦茶	あじさいゼリー せんべい 牛乳	味噌 鶏肉 ジョア 牛乳	米 米粉 片栗粉 ごま 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 せんべい 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 ぶどうジュース アガー りんごジュース	水 塩 料理酒 麦茶 ペーキングパウダー
5 金	せんべい 牛乳	【芒種】ご飯 味噌汁 かれのり焼き キャベツの梅和え メロン 麦茶	かたつむりクッキー 牛乳	味噌 油揚げ かいり 牛乳	米 さつま芋 砂糖 無塩バター 薄力粉 せんべい	植物だし えのき茸 キャベツ 人参 きゅうり ねりうめ メロン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶 ココア
6 土	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	パンケーキ 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 パンケーキ せんべい	人参 玉ねぎ ビーマン えのきたけ 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	豆乳フルーツかん せんべい 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 豆乳 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 ごま 油 せんべい	植物だし じゃが芋 青ねぎ 玉ねぎ 人参 ひじき 白菜 ほうれん草 グレープフルーツ 寒天 バイン缶 黄桃缶	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
9 火	ビスケット 牛乳	ハヤシライス コンソメスープ 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 ビスケット	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ ダイズ トマト ズッキーニ パプリカ パセリ	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	せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 さばの照り煮 海苔和え オレンジ 麦茶	きな粉ドーナツ 牛乳	味噌 さば 絹ごし豆腐 豆乳 きな粉 牛乳	米 砂糖 ごま油 ホットケーキミックス 油 せんべい	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	ビスケット 牛乳	まるパン レタスのスープ 鶏肉のコンソメ スティック野菜 グレープフルーツ 麦茶	梅おかおにぎり 小魚 麦茶	ベーコン 鶏肉 味噌 かつお節 煮干し 牛乳	まるパン 油 ノンエッグマヨネーズ 米 ビスケット	えのき茸 レタス 玉ねぎ コンクリューム パセリ 大根 人参 きゅうり グレープフルーツ ねりうめ	水 チキンスープの素 塩 水 料理酒 麦茶 こいくちしょうゆ
12 金	せんべい 牛乳	ご飯 ワンタンスープ さけの中華風味味噌焼き トマトドレッシング和え バナナ 麦茶	フルーツパンサンド 牛乳	さけ 味噌 クリーム 牛乳	米 ごま油 ワンタン 砂糖 フルーツパン せんべい	玉ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく 白菜 人参 コーン バナナ	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	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	カップゼリー 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 ゼリー せんべい	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	せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 肉じゃが 塩こじドレッシングサラダ バナナアップル 麦茶	麩のラスク 牛乳	味噌 豚肉 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 塩こじ 小切麩 無塩バター せんべい	植物だし 大根 わかめ えのき茸 玉ねぎ 人参 グリンピース ブロッコリー キャベツ バイナップル	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 バナナ 麦茶	かぼちゃ餅 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 牛乳	米 ごま油 砂糖 片栗粉 油 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 ほうれん草 塩昆布 バナナ 南瓜	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶 みりん
17 水	せんべい 牛乳	タコライス コンソメスープ お芋のサラダ グレープフルーツ 麦茶	焼きビーフン 牛乳	豚肉 チーズ ロースハム 牛乳	米 玄米 油 さつま芋 じゃが芋 砂糖 ビーフン ごま油 せんべい	にんにく キャベツ トマト えのき茸 玉ねぎ チンゲン菜 きゅうり グレープフルーツ 玉ねぎ 人参	水 トマトケチャップ 中華ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 穀物酢 麦茶 料理酒
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	パンケーキ いちごジャム添え 牛乳	味噌 鶏肉 納豆 チーズ 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 えのき茸 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 ココア
19 金	せんべい 牛乳	【夏至】ご飯 味噌汁 あじの南蛮漬 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 米粉 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 えのき茸 しょうが 玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ コーン	水 料理酒 塩 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 ココア
20 土	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	パンケーキ 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 パンケーキ せんべい	人参 玉ねぎ ビーマン えのきたけ 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	豆乳フルーツかん せんべい 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 豆乳 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 ごま 油 せんべい	植物だし じゃが芋 青ねぎ 玉ねぎ 人参 ひじき 白菜 ほうれん草 グレープフルーツ 寒天 バイン缶 黄桃缶	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
23 火	ビスケット 牛乳	ハヤシライス コンソメスープ 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 ビスケット	玉ねぎ 人参 しめじ ダイストマト キャベツ ズッキーニ パプリカ パセリ	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	せんべい 牛乳	ご飯 味噌汁 さばの照り煮 海苔和え オレンジ 麦茶	きな粉ドーナツ 牛乳	味噌 さば 絹ごし豆腐 豆乳 きな粉 牛乳	米 砂糖 ごま油 ホットケーキミックス 油 せんべい	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	ビスケット 牛乳	まるパン レタスのスープ 鶏肉のコンソメ スティック野菜 グレープフルーツ 麦茶	カップケーキ 牛乳	ベーコン 鶏肉 味噌 かつお節 クリーム 牛乳	まるパン 油 ノンエッグマヨネーズ 米 無塩バター 油 薄力粉 ビスケット	えのき茸 レタス 玉ねぎ コンクリューム パセリ 大根 人参 きゅうり グレープフルーツ ねりうめ	水 チキンスープの素 塩 水 料理酒 麦茶 こいくちしょうゆ ペーキングパウダー
26 金	せんべい 牛乳	ご飯 ワンタンスープ さけの中華風味味噌焼き トマトドレッシング和え バナナ 麦茶	おさつチーズ 牛乳	さけ 味噌 チーズ 牛乳	米 ごま油 ワンタン 砂糖 せんべい	玉ねぎ ほうれん草 しょうが にんにく 白菜 人参 コーン バナナ さつま芋	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
27 土	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	カップゼリー 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 ゼリー せんべい	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	せんべい 牛乳	豆乳相対 さつま芋のレモン煮 バイナップル 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 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 バナナアップル 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	パンケーキ いちごジャム添え 牛乳	味噌 鶏肉 納豆 チーズ 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 えのき茸 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)
幼児	目標量 550	19.3	17.1	300	1.5
乳	目標量 481	16.8	15	225	1.3
児	目標量 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。

発行：株式会社ミルクケア

令和8年 6月



離乳食献立表



ミルキーホーム

		初期	中期	後期	
日	曜	お昼	お昼	お昼	午後
1	月	お粥 スープ じゃが芋ペースト ブロッコリーペースト	お粥 大根の味噌汁 豚肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 大根の味噌汁 豚肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	人参軟飯
2	火	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト	お粥 白菜の味噌汁 鶏ももとほうれん草の煮物 人参の煮物	軟飯 白菜の味噌汁 鶏ももとほうれん草の煮物 スティック人参 バナナ	かぼちゃ茶巾
3	水	お粥 スープ トマトペースト さつま芋ペースト	お粥 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとトマトの煮物 さつま芋の煮物	軟飯 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとトマトの煮物 スティックさつま芋	ケチャップ軟飯
4	木	お粥 スープ 茄子ペースト 玉ねぎペースト	お粥 麩の味噌汁 ささみと茄子の煮物 玉ねぎの煮物	軟飯 麩の味噌汁 ささみと茄子の煮物 玉ねぎの煮物	コーン軟飯
5	金	お粥 スープ かれいペースト キャベツペースト	お粥 さつま芋の味噌汁 かれいと人参の煮物 キャベツの煮物	軟飯 さつま芋の味噌汁 かれいと人参の煮物 キャベツの煮物	おかか軟飯
6	土	お粥 スープ 玉ねぎペースト 小松菜ペースト	お粥 人参のスープ 鶏ももと玉ねぎの味噌煮	軟飯 人参のスープ 鶏ももと玉ねぎの味噌煮	ハッピー菓子
8	月	お粥 スープ 白菜ペースト ほうれん草ペースト	お粥 じゃが芋の味噌汁 鶏そぼろと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	軟飯 じゃが芋の味噌汁 鶏そぼろと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	青菜軟飯
9	火	お粥 スープ 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト	お粥 人参のスープ 豚肉と玉ねぎの煮物 じゃが芋の煮物 ヨーグルト	軟飯 人参のスープ 豚肉と玉ねぎの煮物 スティックじゃが芋 ヨーグルト	味噌軟飯
10	水	お粥 スープ かれいペースト ブロッコリーペースト	お粥 白菜の味噌汁 かれいとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 白菜の味噌汁 かれいとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	きな粉軟飯
11	木	お粥 スープ 人参ペースト 大根ペースト	お粥 コーンのスープ 鶏ももと人参の煮物 大根の煮物	軟飯 コーンのスープ 鶏ももと人参の煮物 スティック大根	おかか軟飯
12	金	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト	お粥 玉ねぎのスープ さけとほうれん草の味噌煮 人参の煮物	軟飯 玉ねぎのスープ さけとほうれん草の味噌煮 スティック人参 バナナ	コーン軟飯
13	土	お粥 スープ 玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	お粥 チンゲン菜の味噌汁 鶏ももと玉ねぎの煮物	軟飯 チンゲン菜の味噌汁 鶏ももと玉ねぎの煮物	ハッピー菓子
15	月	お粥 スープ じゃが芋ペースト ブロッコリーペースト	お粥 大根の味噌汁 豚肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 大根の味噌汁 豚肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	人参軟飯
16	火	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト	お粥 白菜の味噌汁 鶏ももとほうれん草の煮物 人参の煮物	軟飯 白菜の味噌汁 鶏ももとほうれん草の煮物 スティック人参 バナナ	かぼちゃ茶巾
17	水	お粥 スープ トマトペースト さつま芋ペースト	お粥 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとトマトの煮物 さつま芋の煮物	軟飯 チンゲン菜のスープ 豚そぼろとトマトの煮物 スティックさつま芋	ケチャップ軟飯
18	木	お粥 スープ 茄子ペースト 白菜ペースト	お粥 小松菜の味噌汁 鶏ももと茄子の煮物 白菜の煮物	軟飯 小松菜の味噌汁 鶏ももと茄子の煮物 白菜の煮物	納豆軟飯
19	金	お粥 スープ 豆腐ペースト 人参ペースト	お粥 玉ねぎの味噌汁 豆腐とキャベツの煮物 人参の煮物	軟飯 玉ねぎの味噌汁 豆腐とキャベツの煮物 スティック人参	おかか軟飯
20	土	お粥 スープ 玉ねぎペースト 小松菜ペースト	お粥 人参のスープ 鶏ももと玉ねぎの味噌煮	軟飯 人参のスープ 鶏ももと玉ねぎの味噌煮	ハッピー菓子
22	月	お粥 スープ 白菜ペースト ほうれん草ペースト	お粥 じゃが芋の味噌汁 鶏そぼろと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	軟飯 じゃが芋の味噌汁 鶏そぼろと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	青菜軟飯
23	火	お粥 スープ 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト	お粥 人参のスープ 豚肉と玉ねぎの煮物 じゃが芋の煮物 ヨーグルト	軟飯 人参のスープ 豚肉と玉ねぎの煮物 スティックじゃが芋 ヨーグルト	味噌軟飯
24	水	お粥 スープ かれいペースト ブロッコリーペースト	お粥 白菜の味噌汁 かれいとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 白菜の味噌汁 かれいとキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	きな粉軟飯
25	木	お粥 スープ 人参ペースト 大根ペースト	お粥 コーンのスープ 鶏ももと人参の煮物 大根の煮物	軟飯 コーンのスープ 鶏ももと人参の煮物 スティック大根	おかか軟飯
26	金	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト	お粥 玉ねぎのスープ さけとほうれん草の味噌煮 人参の煮物	軟飯 玉ねぎのスープ さけとほうれん草の味噌煮 スティック人参 バナナ	コーン軟飯
27	土	お粥 スープ 玉ねぎペースト チンゲン菜ペースト	お粥 チンゲン菜の味噌汁 鶏ももと玉ねぎの煮物	軟飯 チンゲン菜の味噌汁 鶏ももと玉ねぎの煮物	ハッピー菓子
29	月	お粥 スープ チンゲン菜ペースト さつま芋ペースト	お粥 人参のスープ 豚そぼろとチンゲン菜の味噌煮 さつま芋の煮物	軟飯 人参のスープ 豚そぼろとチンゲン菜の味噌煮 スティックさつま芋	にんじん菜軟飯
30	火	お粥 スープ 茄子ペースト 白菜ペースト	お粥 小松菜の味噌汁 鶏ももと茄子の煮物 白菜の煮物	軟飯 小松菜の味噌汁 鶏ももと茄子の煮物 白菜の煮物	納豆軟飯