



令和8年度 6月給食献立



若鮎こども園

★材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

栄養士：平田

日付	主食	副食	汁物	材料名	おやつ
1 月	虹いろごはん	豚肉の香味炒め チンゲン菜のごま和え	豆腐の味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 人参 椎茸 土生姜 絹豆腐 チンゲン菜 すりごま わかめ 味噌	※ミルクムース 豆乳
2 火	虹いろごはん	鮭のマヨネーズ焼き ジャーマンポテト	キャベツスープ	米 虹色米 鮭 卵なしマヨネーズ 小麦粉 じゃが芋 玉葱 人参 ウインナー キャベツ	※きょうりゅうのたまご 豆乳
3 水	虹いろごはん	鶏肉の甘辛ごま焼き いんげんのツナ和え	大根の味噌汁	米 虹色米 鶏もも肉 いりごま いんげん 人参 もやし ツナ 大根 玉葱 油揚げ 青葱 味噌	ひじきせんべい あまからせん 豆乳
4 木	ゆかりごはん	納豆かき揚げ 白菜の磯和え	しめじの味噌汁	米 ゆかり 納豆 人参 玉葱 さつま芋 ちくわ 三つ葉 カレー粉 天ぷら粉 白菜 かまぼこ もみのり しめじ わかめ 味噌	ごぼうせん 白い風船 豆乳
5 金	お弁当パンザイ				チョイス 南瓜のロールクッキー 豆乳
6 土	パン・ジュース				
7 日					
8 月	菜めし	牛肉とごぼうの土佐煮 小松菜のごま味噌和え	すまし汁	米 菜めしの素 牛肉 ごぼう 人参 突きこんにやく 花かつお 小松菜 すりごま 味噌 手まり麩 三つ葉 玉葱	花花せんべい するめ 豆乳
9 火	虹いろごはん	ししゃもの天ぷら 五目豆煮	なすの味噌汁	米 虹色米 ししゃも 天ぷら粉 水煮大豆 油揚げ 人参 こんにやく 干し椎茸 なす 玉葱 青葱 味噌	※玄米おにぎり(塩昆布ツナ) お茶
10 水	虹いろごはん	はんぺん入り卵焼き れんこんの梅和え	キャベツの味噌汁	米 虹色米 卵 はんぺん 人参 玉葱 青葱 れんこん 胡瓜 青じそドレッシング 梅肉 キャベツ わかめ 味噌	しおぼんせん まるごと小魚 豆乳
11 木	麦ごはん	豚肉かぼちゃ きんぴらごぼう	なめこの味噌汁	米 押し麦 豚肉 かぼちゃ 玉葱 いんげん ごぼう 人参 いりごま なめこ 油揚げ 青葱 味噌	ミレービスケット おやつ昆布 豆乳
12 金	虹いろごはん	鯖のごま焼き するめとブロッコリーのサラダ	豆乳味噌汁	米 虹色米 鯖 いりごま するめ ブロッコリー 人参 アーモンド 卵なしマヨネーズ レモン汁 じゃが芋 玉葱 わかめ 豆乳 味噌	※野菜スティック 豆乳 (そら豆、◎人参 ●れんこん)
13 土	お弁当				
14 日					
15 月	ごはん	チキンカレー ひじきサラダ		米 鶏もも肉 人参 玉葱 じゃが芋 カレールウ ひじき グリーンピース 胡瓜 キャベツ ツナ 水煮大豆 和風ごまドレッシング	さつまいもせんべい 小粒揚げ 豆乳
16 火	虹いろごはん	タラのお好み揚げ 白菜の塩ごぼ和え	ブナピーの味噌汁	米 虹色米 タラ お好み焼き粉 青のり 白菜 人参 お好み焼きソース 塩昆布 ブナピー 玉葱 油揚げ わかめ 味噌 すりごま	メロン 豆乳
17 水	虹いろごはん	豚肉の甘辛煮 卵の花	さつま芋の味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 人参 土生姜 おから ちくわ 干し椎茸 いんげん さつま芋 青葱 味噌	アイスクリーム 豆乳
18 木	ふりかけごはん	カレイのチーズ焼き オーロラサラダ	レタススープ	米 かつおふりかけ カレイ チーズ ブロッコリー 人参 コーン ケチャップ 卵なしマヨネーズ レタス 玉葱 ベーコン	源氏パイ ソフト豆もち 豆乳
19 金	虹いろごはん	野菜たっぷり焼肉	麩の味噌汁	米 虹色米 牛肉 玉葱 人参 キャベツ もやし 味噌 ピーマン 焼肉のたれ おつゆ麩 油揚げ わかめ	※もちもちチーズパン 豆乳
20 土	パン・ジュース				
21 日					
22 月	わかめごはん	鶏肉の唐揚げ 胡瓜の甘酢和え	玉葱の味噌汁	米 炊き込みわかめ 鶏もも肉 土生姜 ちりめんじゃこ 胡瓜 人参 玉葱 油揚げ 青葱 味噌	※マカロニあべかわ 豆乳
23 火	虹いろごはん	鯖の塩焼き 切干し大根煮	すまし汁	米 虹色米 鯖 切干し大根 ちくわ 人参 干し椎茸 花麩 玉葱 えのき茸 三つ葉	※ぶどうゼリー 豆乳
24 水	虹いろごはん	豚肉の甘酢炒め 小松菜と油揚げの和え物	もやしの味噌汁	米 虹色米 豚肉 玉葱 赤パプリカ 小松菜 人参 油揚げ もやし 青葱 味噌	※アメリカンドッグ 豆乳
25 木	虹いろごはん	ひじき卵焼き キャベツのゆかり和え	じゃが芋の味噌汁	米 虹色米 卵 ひじき 玉葱 人参 三つ葉 キャベツ ゆかり じゃが芋 油揚げ わかめ 味噌	ひこうきビスケット 豆乳
26 金	虹いろごはん	牛肉とれんこんの甘辛炒め 大根の梅おかか和え	すまし汁	米 虹色米 牛肉 れんこん 人参 大根 胡瓜 梅肉 花かつお ポン酢 かまぼこ 玉葱 えのき茸 三つ葉	きょうりゅうものがたり サラダおかき 豆乳
27 土	お弁当				
28 日					
29 月	ごはん	回鍋肉	ビーフスープ	米 豚肉 人参 キャベツ 玉葱 もやし 味噌 ビーフ チンゲン菜 ベーコン	ムーンライト ミニカステラ 豆乳
30 火	虹いろごはん	鮭のかりんとうがらめ ブロッコリーサラダ	オニオンスープ	米 虹色米 鮭 土生姜 アーモンド ブロッコリー 人参 コーン 玉葱 えのき茸 パセリ	※メロンパン 豆乳



8日(月)～12日(金)は『よく噛もう週間』です。
よく噛む食材をたくさん取り入れています。



※は、手作りおやつです。
◎…0～2歳児 ●…3～5歳児