



令和8年6月献立表(未満児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	
1月 25木	昼食	ご飯 中華スープ シュウマイ きゅうりとささみの中華サラダ 洋梨缶	米	シュウマイ ささみ	えのき コーン きゅうり 洋梨缶	エネルギー351KCal たんぱく質12.5g 脂 質 9.1g カルシウム 130mg 食塩相当量 1.4g
	午後おやつ	牛乳 いちごシュークリーム	いちごシュークリーム	牛乳		
2火 18木	昼食	ロールパン クリームシチュー オムレツ ほうれん草の磯和え フルーツカクテル缶	ロールパン じゃがいも	牛乳 ウインナーソーセージ オムレツ ハム	たまねぎ にんじん ほうれん草 にんじん やきのり フルーツカクテル缶	エネルギー434KCal たんぱく質14.6g 脂 質 13.1g カルシウム 96mg 食塩相当量 1.8g
	午後おやつ	麦茶 焼きおにぎり	焼きおにぎり			
3水 16火	昼食	肉みそうどん すまし汁 ごぼうときゅうりのサラダ バナナ	うどん	豚ひき肉 ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ だいこん ねぎ ごぼう きゅうり にんじん コーン バナナ	エネルギー315KCal たんぱく質 10.1g 脂 質 15.9g カルシウム 119mg 食塩相当量 1.4g
	午後おやつ	牛乳 たまごパン	たまごパン	牛乳		
4(木) 22月 虫歯予防給食	昼食	ひじきご飯(22はご飯) 味噌汁 鶏肉の照り焼き 大根とツナの和え物 カットゼリー	米	豚ひき肉 油揚げ 鶏肉 ツナ	にんじん ひじき 白菜 にんじん 大根 きゅうり コーン カットゼリー	エネルギー 391KCal たんぱく質 14.8g 脂 質 16.1g カルシウム135mg 食塩相当量 1.6g
	午後おやつ	牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳		
5金 17水	昼食	ご飯 味噌汁 ミートボール 豆腐の煮物 黄桃缶	米 じゃがいも 麩	ミートボール 豆腐 さつま揚げ	にんじん しいたけ いんげん 黄桃缶	エネルギー 424KCal たんぱく質 17.2g 脂 質 8.4g カルシウム 77mg 食塩相当量 2.1g
	午後おやつ	麦茶 たこ焼き	たこ焼き			
8月 26金	昼食	ふりかけご飯 すまし汁 鰯のみそ照り焼き 春雨サラダ みかん缶	米 はるさめ	さわら ハム	ふりかけ かぶ わかめ きゅうり にんじん みかん缶	エネルギー 383KCal たんぱく質 13.4g 脂 質 7.6g カルシウム 115mg 食塩相当量 1.3g
	午後おやつ	牛乳 丸ぼうろ	丸ぼうろ	牛乳		
9火 19金	昼食	ご飯 コンソメスープ 鶏肉カレー焼き さつまいもサラダ リンゴ缶	米 さつまいも	鶏肉 魚肉ソーセージ	キャベツ もやし きゅうり リンゴ缶	エネルギー 301KCal たんぱく質 11.6g 脂 質 5.2g カルシウム 43mg 食塩相当量 0.7g
	午後おやつ	麦茶 ピーチゼリー	ピーチゼリー			
10水 29月	昼食	ご飯 味噌汁 白身フライ 切り干し大根の煮物 パイン缶	米	白身フライ 油揚げ	かぼちゃ たまねぎ 切干大根 にんじん いんげん パイン缶	エネルギー305KCal たんぱく質 12.2g 脂 質 5.4g カルシウム 134mg 食塩相当量 1.2g
	午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ	ソフトクレープ	牛乳		
11木 30火	昼食	醤油ラーメン 餃子 小松菜の胡麻和え 白桃缶	中華麺 ごま	豚肉 ぎょうざ ちくわ	もやし にんじん 小松菜 にんじん 白桃缶	エネルギー392KCal たんぱく質 13.5g 脂 質 7.7g カルシウム 112mg 食塩相当量 2.2g
	午後おやつ	麦茶 やわらかおかし	やわらかおかし			
12金 23火	昼食	ハヤシライス メンチカツ キャベツのおかか和え オレンジ	米	豚肉 メンチカツ ちくわ	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ きゅうり オレンジ	エネルギー 452KCal たんぱく質 14.8g 脂 質 16.0g カルシウム 51mg 食塩相当量 1.5g
	午後おやつ	野菜ジュース やわらかサブレ	やわらかサブレ		野菜ジュース	
15月	昼食	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 きゅうりとツナのサラダ 洋梨缶	米	豆腐 豚ひき肉 ツナ	えのき コーン ねぎ きゅうり もやし 洋梨缶	エネルギー 464Cal たんぱく質 15.7g 脂 質 15.9g カルシウム 91mg 食塩相当量 2.1g
	午後おやつ	麦茶 フライドポテト	フライドポテト			
24水 ☆お誕生 日給食☆	昼食	ご飯 味噌汁 エビフライ 大根のそぼろ煮 青りんごゼリー	米	エビフライ 豚ひき肉	なめこ あさつき 大根 にんじん しいたけ 青りんごゼリー	エネルギー559Cal たんぱく質 19.1g 脂 質 13.0g カルシウム 337mg 食塩相当量 1.0g
	午後おやつ	ジョア ケーキ	ジョア	ジョア	ケーキ	

※おやつ 6月20日(土)たべっこどうぶつ

※マヨネーズは、たまご・乳不使用タイプになります。

