



# 6月のよていこんだて

## 2026年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
1 15 29 月	昼食	ごはん すきやき風煮 小松菜のみそ汁	米 麩、糸こんにゃく、砂糖、油	豚肉、焼き豆腐 みそ	白菜、玉ねぎ、えのき 玉ねぎ、小松菜、人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、煮干し
	午後おやつ	レーズンクッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳	レーズン	ベーキングパウダー
2 16 30 火	昼食	ごはん 魚の塩焼き 五目豆 なすのみそ汁	米 砂糖	魚 大豆水煮、ちくわ、昆布 油揚げ、みそ	人参、れんこん、ごぼう なす、玉ねぎ	塩、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	いもけんぴ くだもの 牛乳	いもけんぴ	牛乳	くだもの	
3 17 水	昼食	パン 鶏肉のチーズ風味焼き ブロッコリーとたまごのサラダ コンソメスープ	食パン、ジャム パン粉、マーガリン マヨネーズ、砂糖 じゃがいも、油	鶏肉、粉チーズ 卵	パセリ ブロッコリー、人参 玉ねぎ、人参	酒、塩こしょう 塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	黒糖サターアンダギー 牛乳	小麦粉、黒糖、砂糖、油	卵 牛乳		
4 18 木	昼食	ごはん 魚のみそ煮 もやしときゅうりの酢の物 麩とほうれん草のすまし汁	米 砂糖 ごま、砂糖 麩	魚、みそ わかめ	しょうが もやし、きゅうり 玉ねぎ、ほうれん草	しょうゆ、みりん、酒 酢、塩 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	ココアもちもちパン 牛乳	ホットケーキミックス、白玉粉、砂糖	牛乳 牛乳		ココア
5 金	昼食	夏野菜のカレーライス ツナサラダ	米、マーガリン、油 油	豚肉 ツナ缶	なす、かぼちゃ、れんこん、玉ねぎ、人参、小松菜、にんにく、りんご、バナナ キャベツ、人参、ブロッコリー	カレールウ、カレー粉、ソース、酒 酢、塩こしょう
	午後おやつ	カルピスゼリー くだもの 牛乳	砂糖	ゼラチン 牛乳	くだもの	カルピス
20 土	昼食	煮込みうどん 蒸し野菜	うどん さつまいも、マヨドレ(卵不使用)	鶏肉、わかめ	玉ねぎ、人参、しいたけ 人参	だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩 塩
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子
8 22 月	昼食	ごはん 豆腐ボール キャベツのじゃこ和え 根菜のみそ汁	米 砂糖、片栗粉、油 砂糖、油	豆腐、卵、ひじき ちりめんじゃこ みそ	玉ねぎ、人参 キャベツ、パセリ 大根、ごぼう、人参、しいたけ	しょうゆ、酒、塩 酢、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	ポテトのチーズ焼き 牛乳	じゃがいも	チーズ 牛乳	パセリ	塩こしょう
9 23 火	昼食	ごはん 鶏肉のレモン煮 青菜のごま和え かぼちゃのみそ汁	米 片栗粉、油 ごま、砂糖	鶏肉 みそ	レモン汁 ほうれん草、小松菜、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう しょうゆ だしパック、煮干し
	午後おやつ	ラスク 牛乳	フランスパン、グラニュー糖、マーガリン	牛乳		
10 24 水	昼食	パン なすとトマトのミートグラタン キャベツのスープ くだもの	食パン、ジャム じゃがいも、パン粉、砂糖、油	合挽きミンチ、チーズ ウインナー	なす、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、にんにく、トマト缶 キャベツ、人参 くだもの	ケチャップ、コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	梅おかかおにぎり 牛乳	米	かつお節 牛乳	梅干し	しょうゆ、みりん
11 25 木	昼食	ごはん 魚の南蛮漬け たまごのみそ汁	米 てんぷら粉、砂糖、油	魚 卵、みそ	玉ねぎ、人参、ピーマン 玉ねぎ、えのき	しょうゆ、酢、酒、塩 だしパック、煮干し
	午後おやつ	せんべい くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
12 26 金	昼食	クリームスープスパゲッティ れんこんのごまマヨサラダ	スパゲッティ、小麦粉、マーガリン、油 コーン缶、マヨネーズ、ごま、砂糖	鶏肉、スキムミルク、牛乳 ちくわ	玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ れんこん、きゅうり、人参	コンソメ、塩こしょう 塩こしょう
	午後おやつ	わらびもち(乳児:きなこマカロニ) 牛乳	わらびもち粉、(乳児:マカロニ)、砂糖	きなこ 牛乳		塩
13 27 土	昼食	二色ごはん 厚揚げのみそ汁 とうもろこし	米、砂糖、片栗粉 とうもろこし	鶏ミンチ 厚揚げ、わかめ、みそ	人参 玉ねぎ	しょうゆ、みりん、酒 だしパック
	午後おやつ	菓子、牛乳		牛乳		菓子

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

\*毎週月曜日・・・礼拝 体育あそび・・・4日(木)、11日(木)、16日(火)、25日(木)

\*6/6(土)乳児、幼児・にじ参観日(午後の保育はありません)

\*6/19(金)お誕生会 メニュー:ロールパン、チキンカツ、とうもろこし、ナポリタン、キャベツのスープ、くだもの (おやつ)フルーツポンチ、牛乳

