



# 令和 8 年 6 月 学校給食予定献立表(幼稚園)

※ 物質の都合等により変更する場合があります。

| 日  | 曜日 | こんだてめい<br>★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう                                               | エネルギーのもとになる<br>(き)                               | からだをつくる<br>(あか)                                        | からだのちょうしをととのえる<br>(みどり)                                          | エネルギー<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(g) |
|----|----|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 1  | 月  | ごはん きゅうにゅう<br>あげどうふのそぼろあんかけ<br>◆たけのこのガーリックマヨいため<br>カレーなんばんじる               | ごはん でんぱん あぶら<br>さとう マヨネーズ こめこ<br>オリーブあぶら じゃがいも   | きゅうにゅう とうふ<br>とりにく ベーコン<br>きゅうにく あぶらあげ                 | さいいんげん たけのこ にんにく<br>アスパラガス たまねぎ にんじん<br>ほししいたけ しろねぎ              | 440<br>14.7                     |
| 2  | 火  | ごはん きゅうにゅう<br>おこのみやきふうつくね<br>◆ごぼうサラダ<br>キムチスープ                             | ごはん さとう ごま<br>マヨネーズ じゃがいも<br>ごまあぶら でんぱん          | きゅうにゅう あおのり ツナ<br>わかめ ぶたにく かつおぶし<br>とりにく               | キャベツ ごぼう きゅうり コーン<br>にんじん はくさいキムチ にら<br>たまねぎ えのきたけ しょうが          | 423<br>15.3                     |
| 3  | 水  | ごはん きゅうにゅう<br>とりにくのマーメイドソース<br>おかひじきのレモンサラダ<br>レタススープ                      | ごはん あぶら さとう<br>じゃがいも                             | きゅうにゅう とりにく<br>ツナ ベーコン                                 | にんにく たまねぎ おかひじき<br>みかん キャベツ コーン レモン<br>レタス にんじん なましいたけ<br>さいいんげん | 420<br>17.2                     |
| 4  | 木  | パン きゅうにゅう いちごジャム<br>さわらのマスタードやき<br>◆こんにやくサラダ<br>◆げんまいスープ                   | パン マヨネーズ さとう<br>ごまあぶら もちごめ<br>じゃがいも あぶら          | きゅうにゅう さわら<br>とりにく ベーコン                                | こんにやく きゅうり にんじん<br>たまねぎ チンゲンサイ はくさい<br>セロリ パセリ いちご               | 471<br>18.6                     |
| 5  | 金  | ごはん きゅうにゅう<br>ちくわのあまからあげ(2こ)<br>◆こんがのきんぴら<br>じゃがいものみそじる                    | ごはん こむぎこ パンこ<br>あぶら さとう ごまあぶら<br>じゃがいも           | きゅうにゅう ちくわ こんぶ<br>ぶたにく あぶらあげ わかめ<br>みそ                 | ごぼう さいいんげん たまねぎ<br>にんじん えのきたけ こまつな<br>ねぎ                         | 440<br>15.2                     |
| 8  | 月  | ごはん きゅうにゅう<br>カレーそぼろどん(セルフ)<br>◆★きりぼしだいこんのサラダ<br>みそにゅうめん                   | ごはん さとう ごまあぶら<br>あぶら そうめん                        | きゅうにゅう ぶたにく<br>おから ひじき ツナ ちくわ<br>とうふ あぶらあげ みそ          | たまねぎ ごぼう にんじん コーン<br>さいいんげん しょうが キャベツ<br>きりぼしだいこん ほししいたけ<br>ねぎ   | 435<br>17.1                     |
| 9  | 火  | ごはん きゅうにゅう<br>さけのみそやき<br>◆こまつなごぼうのツナあえ<br>おやこに                             | ごはん さとう ごま<br>じゃがいも でんぱん                         | きゅうにゅう さけ しろみそ<br>ツナ とりにく たまご<br>こうやどうふ                | しょうが こまつな ごぼう もやし<br>たまねぎ にんじん ほししいたけ<br>ねぎ                      | 424<br>20.4                     |
| 10 | 水  | ごはん きゅうにゅう<br>◆とりにくのあまからあえ<br>◆キムタクビーフン<br>わかめスープ                          | ごはん でんぱん あぶら<br>さとう ビーフン じゃがいも                   | きゅうにゅう とりにく<br>ベーコン わかめ とうふ                            | はくさいキムチ たくあん にら<br>にんじん たまねぎ こまつな<br>ねぎ                          | 454<br>19.2                     |
| 11 | 木  | パン きゅうにゅう<br>レンズまめのチリコンカン<br>じゃがいもとオクラのうめマヨあえ<br>キャベツのスープに                 | パン あぶら じゃがいも<br>マヨネーズ                            | きゅうにゅう ぶたにく<br>ぎゅうにく おから<br>レンズまめ チキンハム<br>かつおぶし ウインナー | たまねぎ マッシュルーム にんにく<br>オクラ うめ しそ キャベツ コーン<br>にんじん しめじ さいいんげん       | 468<br>19.0                     |
| 12 | 金  | ハヤシライス<br>ぎゅうにゅう<br>すずきのエスカベッシュ<br>★ミックスフルーツ                               | ごはん こめこ あぶら<br>でんぱん さとう                          | きゅうにゅう ぶたにく<br>すずき                                     | たまねぎ にんじん マッシュルーム<br>トマト にんにく あかパプリカ<br>きパプリカ パセリ もも パイン<br>みかん  | 480<br>16.8                     |
| 15 | 月  | ごはん きゅうにゅう<br>さばのみそだれかけ<br>わふうサラダ<br>わかたけじる                                | ごはん さとう あぶら                                      | きゅうにゅう さば みそ<br>ポークハム かつおぶし<br>わかめ とうふ とりにく<br>かまぼこ    | にんにく レタス おかひじき<br>たまねぎ たけのこ にんじん<br>ねぎ                           | 445<br>21.2                     |
| 16 | 火  | 地産地消献立①<br>ごはん きゅうにゅう<br>ぶたにくときりぼしだいこんのしょうがいため<br>キャベツのかつおあえ じゃがいもとなすのトマトに | ごはん あぶら さとう<br>じゃがいも                             | きゅうにゅう ぶたにく<br>かつおぶし とりにく<br>あつあげ                      | しょうが きりぼしだいこん トマト<br>キャベツ もやし ほうれんそう<br>にんじん たまねぎ なす<br>ブロッコリー   | 457<br>18.0                     |
| 17 | 水  | ごはん きゅうにゅう<br>こまつなのとうにゅうコロツケ<br>★ひじきとツナのいために<br>キャベツのみそじる                  | ごはん さとう じゃがいも<br>パンこ こむぎこ でんぱん<br>あぶら            | きゅうにゅう とうにゅう<br>ひじき ツナ ぶたにく みそ<br>とうふ あぶらあげ わかめ        | こまつな たまねぎ にんじん<br>さいいんげん キャベツ もやし<br>なましいたけ ねぎ                   | 453<br>15.4                     |
| 18 | 木  | パン きゅうにゅう<br>とりにくのとうにゅうフリカッセふう<br>ラタトゥイユ<br>ジュリアンスープ                       | パン あぶら こめこ さとう<br>オリーブあぶら じゃがいも                  | きゅうにゅう とりにく<br>とうにゅう みそ ベーコン<br>ポークウインナー               | にんにく マッシュルーム なす<br>たまねぎ ヌッキーニ トマト セロリ<br>パジル キャベツ にんじん<br>さいいんげん | 469<br>19.5                     |
| 19 | 金  | カレーライス<br>ぎゅうにゅう<br>やきこめこシューマイ(2こ)<br>パンサンデー                               | ごはん じゃがいも こむぎこ<br>あぶら こめこ はるさめ<br>さとう ごまあぶら でんぱん | きゅうにゅう とりにく<br>ポークハム ぶたにく                              | たまねぎ にんじん なす トマト<br>オクラ にんにく しょうが もやし<br>きゅうり コーン キャベツ           | 459<br>14.9                     |
| 22 | 月  | ごはん きゅうにゅう<br>ハンバーグトマトソース<br>ズッキーニのソテー<br>ガーリックスープ                         | ごはん オリーブあぶら<br>さとう でんぱん じゃがいも<br>あぶら             | きゅうにゅう とりにく<br>ぶたにく ベーコン                               | トマト パジル ヌッキーニ<br>たまねぎ にんじん にんにく<br>キャベツ なましいたけ                   | 428<br>15.4                     |
| 23 | 火  | ごはん きゅうにゅう<br>とびうおのいそペフライ タルタルソース<br>★ひじきとだいずのサラダ<br>とうがんのそぼろじる            | ごはん こむぎこ パンこ<br>あぶら マヨネーズ でんぱん<br>さとう タルタルソース    | きゅうにゅう とびうお ツナ<br>あおのり ひじき だいず<br>とりにく                 | こまつな にんじん とうがん<br>キャベツ こんにやく えのきたけ<br>ねぎ ピクルス                    | 457<br>17.4                     |
| 24 | 水  | ごはん きゅうにゅう<br>マーボーあつあげ<br>もやしとこまつなのちゅうかあえ<br>にくだんごスープ                      | ごはん でんぱん あぶら<br>ごま さとう ごまあぶら<br>はるさめ             | きゅうにゅう あつあげ<br>ぶたにく みそ やきぶた<br>とりにく とうふ                | たまねぎ たけのこ ねぎ しょうが<br>にんにく もやし こまつな<br>にんじん ほししいたけ にら             | 437<br>17.4                     |
| 25 | 木  | パン きゅうにゅう<br>ぶたにくのケチャップいため<br>しゃきしゃきポテトサラダ<br>キャロットクリームスープ                 | パン あぶら でんぱん<br>じゃがいも こめこ パター                     | きゅうにゅう ぶたにく<br>チキンハム ベーコン                              | たまねぎ トマト あおピーマン<br>パセリ きゅうり にんじん コーン                             | 464<br>19.0                     |
| 26 | 金  | 地産地消献立②<br>ごはん きゅうにゅう<br>あじのなんばんづけ<br>◆★わかたけいため みそにくじゃが                    | ごはん でんぱん あぶら<br>さとう ごまあぶら<br>じゃがいも               | きゅうにゅう あじ ぶたにく<br>わかめ とりにく さつまあげ<br>わかめ                | たまねぎ にんじん あおピーマン<br>たけのこ コーン いとこんにやく<br>さいいんげん                   | 460<br>19.2                     |
| 29 | 月  | ごはん きゅうにゅう<br>◆ぶたにくのこくとうに<br>ゴーヤのサラダ<br>もずくスープ                             | ごはん あぶら くらざとう<br>でんぱん マヨネーズ<br>じゃがいも             | きゅうにゅう ぶたにく みそ<br>ツナ かつおぶし もずく<br>とりにく かまぼこ            | しょうが こんにやく にがうり<br>たまねぎ キャベツ コーン<br>たけのこ にんじん ねぎ                 | 475<br>21.1                     |
| 30 | 火  | ごはん きゅうにゅう<br>とりにくのしおこうじいため<br>◆いかのマリネ<br>なつやすいのみそじる                       | ごはん さとう ごまあぶら<br>でんぱん じゃがいも                      | きゅうにゅう とりにく いか<br>ポークウインナー あぶらあげ<br>わかめ みそ             | しろねぎ しょうが きゅうり<br>キャベツ みかん レモン トマト<br>なす かぼちゃ たまねぎ ねぎ            | 460<br>20.3                     |