

2026年6月



こんだてひょう

なしのき保育園



日	曜日	10時のおやつ (3歳児未満)	ひ	る	3時のおやつ	主な食材料	延長保育 補食
15	月	やさしいジュース	きびごはん じゃがいもと わかめのみそしる あかうおのてりやき	きりほしだいこんのもの バナナ	フルコギドッグ ぎゅうにゅう	こめ きび じゃがいも たまねぎ あぶらあげ しょうゆ わかめ あかうお みりん きりほしだいこん みょうゆ さけ ちくわ にんじん こまあぶら いんげん しいたけ さとう パナナ コッパン ふたにく あぶら にんにく しょうが たら しお パプリカ きゅうにゅう	ビスケット むぎちや
16	火	ビスケット むぎちや	キャロットパン ブロッコリーのスープ とりとまめのとまとに	マセドリアンサラダ はっこうにゅう	いもぼた ぎゅうにゅう	にんじんパン ウィンナー たまねぎ じゃがいも こしょう しお ブロッコリー ホールコーン ガラ とりにく あぶら だいす にんにく あかワイン トマトケチャップ トマトピューレ さとう きゅうり にんじん きゃべつ マヨネーズ ホークハム ほっこうにゅう こめ もちこめ さつまいも きなこ きゅうにゅう	せんべい やさしいジュース
29	水月	せんべい むぎちや	ごはん にらととうふのすましじる かじきのねぎしおやき	くるまふのみそいため ピンクグレープフルーツ	フルーツの ヨーグルトあえ	こめ にら とうふ えのきだけ しお しょうゆ かじき ヨーグルト さけ ねぎ あぶら もやし くるまふ にんじん きゃべつ こまあぶら みそ さとう こま ピンクグレープフルーツ ヨーグルト おうとうかん りんごかん	ビスケット むぎちや
4	木	とうにゅう フッピンプリン	サーモンクリームパスタ (0~1才はうどん) メロン ポトフ	キャロットラペ メロン	チャーハン むぎちや	スパゲティ(0~1才はうどん) オリーブオイル さけ マッシュルーム たまねぎ ブロッコリー きゅうにゅう なまクリーム パター あぶら こまきこ しお パセリ ガラ ウィンナー きゃべつ じゃがいも にんじん こしょう かんきつフルーツ ホールコーン メロン こめ やきそば ねぎ ヒーマン こま しょうゆ こまあぶら むぎちや	せんべい むぎちや
5	金	せんべい むぎちや	ごはん ごじる ふたにくのあますいため	じゃがいもと ツナのもの みしょうかん	メロンパン ぎゅうにゅう	こめ だいこん にんじん とうふ はくさい ねぎ みそ とうにゅう ふたにく しお す しょうゆ さけ さとう しょうが あぶら たまねぎ ツナ じゃがいも いんげん みしょうかん メロンパン ぎゅうにゅう	とうにゅう フッピンプリン
6	土	むてんかかかし むぎちや	ピラフ ベジタブルスープ みかんかん(国内産)	 みかんかん	げんじパイ コーンスナック ぎゅうにゅう	こめ ツナ パター たまねぎ にんじん しお グリーンピース ホールコーン こしょう あぶら しょうゆ ポークハム きゃべつ しめじ ガラ みかんかん げんじパイ コーンスナック ぎゅうにゅう	ゼリー むぎちや
8	月	にゅうさんきん いんりょう	むぎごはん きゃべつとあつあげのみそしる あじのいそやき	ひじきのものに バナナ	レモンラスク ぎゅうにゅう	こめ むぎ きゃべつ なまあげ ねぎ しょうが みそ あじ さけ あぶら しょうゆ あおのり さとう ひじき あぶらあげ にんじん いんげん しらたき パナナ しゃくパン レモンかじゅう バター きゅうにゅう	せんべい むぎちや
9	火	ビスケット むぎちや	バターロール かぼちゃのポターージュ チキンのアップルソースに	アスパラサラダ みかんヨーグルト	ツナマヨおにぎり むぎちや	バターロール かぼちゃペースト コーンペースト あぶら バター こまきこ きゅうにゅう なまクリーム こしょう しお ガラ たまねぎ とりにく りんごピューレ さけ しょうゆ さとう グリーンアスパラ きゃべつ にんじん フレッシュドレッシング みかんヨーグルト こめ ツナ マヨネーズ のり むぎちや	ビスケット むぎちや
10	水	せんべい むぎちや	ごはん にんじんとふのすましじる さわらのゆかりやき	うのはなのいりに オレンジ	もものケーキ ぎゅうにゅう	こめ わかめ しらたまふん とうふ にんじん しお しょうゆ さわら マヨネーズ さけ ゆかり ちくわ おから あぶらあげ いんげん しいたけ さとう あぶら オレンジ ホットケーキミックス ぎゅうにゅう おうとうかん きゅうにゅう	せんべい むぎちや
11	木	ぎゅうにゅう	キーマカレー きゃべつととうにゅうスープ	ほうれんそうと たまねぎのソテー メロン	あおのりポテト ぎゅうにゅう	こめ ふたにく たまねぎ にんじん ヒーマン なす グリーンピース トマトケチャップ トマトピューレ ガラ あぶら カレール きゃべつ しめじ とりにく にんにく じょうゆ こしょう ほうれんそう えのきだけ パター しお ポークハム メロン じゃがいも しらすほし あおのり きゅうにゅう	ビスケット むぎちや
12	金	ビスケット むぎちや	ごはん ねぎしおじる チーズダッカルビ	わかめのナムル あまなつ	ぶどうパン ぎゅうにゅう	こめ とりにく にんじん えのきだけ ねぎ しお こまあぶら ガラ しょうが にんにく こなチーズ あぶら あかみそ さけ しょうゆ さとう きゃべつ かいそうミックス もやし ちゅうかドレッシング ほうれんそう あまなつ ぶどうパン きゅうにゅう	みかんヨーグルト
13	土	むてんかかかし むぎちや	ジャージャーめん (0~1才はうどん) もやしのスープ	バナナ	ウィンナーパン ぎゅうにゅう	ラーメン(0~1才はうどん) ふたにく たまねぎ にんじん しいたけ しょうが にんにく あぶら あかみそ しょうゆ さとう でんぷん もやし ほうれんそう ポークハム しお こしょう ガラ パナナ ウィンナーパン きゅうにゅう	ゼリー むぎちや
17	水月	せんべい むぎちや	ごはん だいこんととうふのみそしる	ほうれんそうのごまあえ すいか	タイビーエン むぎちや	こめ ふたにく こぼろ たまねぎ こまつな あぶら しょうゆ さとう みりん でんぷん こまあぶら さけ だいにん とうふ わかめ ねぎ もやし ほうれんそう にんじん えのきだけ ねりこま すいか はるさめ きゃべつ こしょう ちくわ ガラ しお むぎちや	ビスケット むぎちや
20	土	むてんかかかし むぎちや	ふきよせごはん ぐたくさんみそしる	ヨーグルト	あんぱん ぎゅうにゅう	こめ しめじ こぼろ とりにく にんじん しお いんげん しょうが あぶら にんにく しょうゆ みりん さとう だいこん ねぎ しらたまふん みそ ヨーグルト あんぱん きゅうにゅう	ゼリー むぎちや
27	土	むてんかかかし むぎちや	わかめうどん こもくいため	オレンジ	ポテトパン ぎゅうにゅう	うどん とりにく ちくわ ほうれんそう ねぎ にんじん わかめ しょうゆ しお みりん さけ ふたにく もやし しいたけ オイスターソース たまねぎ オレンジ ポテトパン きゅうにゅう	ゼリー むぎちや

*材料の都合で献立を変更することがあります。
*おやつ・補食の菓子は無添加の幼児用です。

6月は「食育月間」です。

《3歳以上児》	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	535Kcal	21.6g	16.5g
園の目標値	550Kcal	21.0g	15.2g

《3歳未満児》	エネルギー	たんぱく質	脂肪
今月の献立	516Kcal	19.6g	15.0g
園の目標値	500Kcal	20.0g	13.9g

食育の6つの目標

