



今月の平均カロリー-380kcal
 たんぱく質17.3g 脂質17.6g 食塩相当量1.8g
 (パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

令和8年度
 6月号
 すぎのこ保育園

★新メニュー
 キュン推しメニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
1月	バラ焼き 春雨サラダ キャベツのみそ汁 オレンジ	ごはん	くたくた玉ねぎ キャベツの煮物	前 牛乳 後 牛乳 チョコバナナ	ばら組参観日
2火	八宝菜 さつまいもレモン ワンタンスープ パイナップル	ごはん	さつまいも甘煮 鶏肉スープ煮	前 のむヨーグルト 後 牛乳 豆乳小豆ホットケーキ	
3水	ポロネーゼスパゲッティー ブロッコリーサラダ ビーンズスープ キウイフルーツ	食パン	くたくたパスタ 刻みブロッコリー	前 牛乳 後 麦茶 みそおにぎり	サンドイッチ作り(完全給食) ゆのあちゃんのキュン推し
4木	カルシウム納豆 小松菜の煮びたし 肉豆腐 ふのりのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	しらす納豆 豆腐の煮物	前 牛乳 後 フルーツヨーグルト	
5金	ポークカレー 福神漬 三色ピクルス ワカメ玉子スープ バナナ	カレーライス	肉じゃが風 大根うま煮	前 ヤクルト 後 牛乳 フレンチトースト	
6土	えびシューマイ もやしのナムル 麻婆麺 オレンジ	麻婆麺	あんかけ豆腐 刻みほうれん草	前 牛乳 後 麦茶 おかし	
8月	タッカルビ 春雨ピーナッツ和え かに玉スープ キウイフルーツ	ごはん	鶏肉やわらか煮 人参甘煮	前 牛乳 後 牛乳 あんクリームパン	
9火	ホキチーズフライ 大根サラダ 豚キャベ汁 グレープフルーツ	ごはん	ホキの煮物 くたくたキャベツ	前 のむヨーグルト 後 牛乳 じゃがバター	
10水	鶏肉ホワイトソース煮 パンプキンサラダ ベーコンスープ パイナップル	ロールパン	鶏肉ミルク煮 かぼちゃ甘煮	前 牛乳 後 牛乳 チーズ	サッカー大会
11木	えびかつ ほうれん草のきのこ和え 鶏白湯ラーメン リンゴジュース	鶏白湯ラーメン	鶏肉スープ煮 ほうれん草和風煮	前 牛乳 後 コロコロゼリー	
12金	和風カレー 福神漬 コーンサラダ もずくスープ バナナ	カレーライス	大根と人参の煮物 キャベツスープ煮	前 ヤクルト 後 牛乳 ハムチーズケーキ	
13土	 お弁当交流デー 			前 牛乳 後 麦茶 おかし	
15月	豚生姜焼き 生野菜 トマト じゃがいも汁 オレンジ	ごはん	刻みトマト 豚肉やわらか煮	前 牛乳 後 ぶどうゼリー	
16火	カレイのトマトパッツア コールスローサラダ きのこスープ キウイフルーツ	ごはん	カレイのトマト煮 キャベツのうま煮	前 のむヨーグルト 後 牛乳 バナナドーナツ	
17水	たらこスパゲッティー コブサラダ ふわふわスープ グレープフルーツ	スティックパン	くたくたパスタ じゃがいもの煮物	前 牛乳 後 麦茶 こびりっこ	
18木	照り焼きチキン 切干大根煮 さつま汁 パイナップル	ごはん	鶏肉しょうゆ煮 大根の煮物	前 牛乳 後 コーンフレーク	さくら組参観日 こうくんのキュン推し
19金	ハヤシライス 福神漬 えびとアボカドのサラダ モロヘイヤスープ バナナ	ハヤシライス	玉ねぎ甘煮 じゃがいもマッシュ	前 ヤクルト 後 牛乳 きな粉揚げパン	
20土	メンチカツ オクラとささ身の和え物 たぬきうどん オレンジ	たぬきうどん	ささ身和风煮 くたくたうどん	前 牛乳 後 麦茶 おかし	うめ組参観日
22月	アジフライ ひじきの炒め煮 厚揚げのみそ汁 キウイフルーツ	ごはん	人参甘煮 豆腐の煮物	前 牛乳 後 牛乳 黒糖蒸しパン	
23火	赤魚中華煮 たらこ和え えのき変わりみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	赤魚煮つけ 大根と人参の煮物	前 のむヨーグルト 後 牛乳 チーズホトック	
24水	なすとベーコンのアマトリチャーナ コロコロサラダ 野菜スープ パイナップル	コーンパン	白菜スープ煮 さつまいも甘煮	前 牛乳 後 牛乳 チーズ	
25木	チキンカツ ポリュームポテトサラダ 三色温野菜 チーズボール トマトと卵のスープ ムース	エビピラフ	ミルクポテト 刻みカリフラワー	前 牛乳 後 ジョア ロールケーキ	誕生会(完全給食)
26金	ほうれん草カレー 福神漬 マカロニサラダ ワカメゴマスープ ソファール	カレーライス	シチュー風 刻みほうれん草	前 ヤクルト 後 麦茶 せんべい	
27土	かぼちゃコロッケ きゅうり中華漬け 焼きうどん 豆腐汁 キウイフルーツ	焼きうどん	くたくたうどん 豆腐中華煮	前 牛乳 後 麦茶 おかし	もも組参観日
29月	厚揚げと豚肉のさつぱり炒め もやしのみそ汁 大根のそぼろあんかけ グレープフルーツ	ごはん	豚肉やわらか煮 大根そぼろあん	前 牛乳 後 フルーチェ	
30火	さば竜田揚げ 人参シソリ しめじのみそ汁 オレンジ	ごはん	鮭みそ煮 ツナと人参の煮物	前 のむヨーグルト 後 牛乳 ミニピザ	未満児(さば→鮭)変更