



令和8年度

# 6月の予定献立表

あさひ保育園



日	曜	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ	
			血や脂肪や骨をつくる	力や体温にちる	体の調子を整える	午前(未調児)	午後(全員)
1	月	●中華そば 卵スープ メロン	豚挽肉 鶏肉 卵 麦味噌 スキムミルク いりこ	おろししょうが・にんにく 三温糖 濃口醤油 中華味 みりん 薄口醤油 さつまいも ごま	人参 玉ねぎ グリンピース しめじ えのき しいたけ(乾) にら メロン	牛乳 ビスケット	スキムミルク いりこ ★大学芋
2	火	サバの味噌煮 なます けんちん汁	サバ 麦味噌 鶏肉 厚揚げ 木綿豆腐 スキムミルク いりこ	三温糖 みりん ごま 米酢 薄口醤油 濃口醤油 食塩 里芋 こんにやく 和風だし	大根 人参 ごぼう しめじ 葉ねぎ	牛乳 バナナ	スキムミルク いりこ たべっ子どうぶつ
3	水	チキンステーキ かぼちゃサラダ 野菜スープ	鶏肉 ベーコン ウィナー チーズ スキムミルク いりこ	塩こしょう 薄力粉 おろしにんにく ウスターソース 濃口醤油 みりん マヨネーズ コンソメ 強力粉 薄力粉 ドライイースト 食塩 オリーブ油 ケチャップ かぼちゃ	玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ ビーマン	牛乳 さっぱり塩	スキムミルク いりこ ★ピザ
4	木	鮭の塩焼き 五目きんぴら 味噌汁	鮭 鶏肉 厚揚げ 麦味噌	ごま 三温糖 濃口醤油 糸こんにやく 和風だし みりん じゃがいも	ごぼう 人参 竹の子 しいたけ(乾) 絹さや 玉ねぎ 葉ねぎ	牛乳 すいか	スキムミルク いりこ おとっと
5	金	スープスパゲティ ハムカツ ふりかけ	ベーコン ハムカツ 卵 牛乳 こしあん スキムミルク いりこ	スパゲティ コンソメ 薄口醤油 みりん 菜種油 ホットケーキミックス 三温糖 サラダ油 パニラエッセンス	人参 玉ねぎ しめじ えのき キャベツ セロリ 葉ねぎ	牛乳 キャラメルコーン	スキムミルク いりこ ★たい焼き
6	土	昆布の佃煮 友禅和え 赤だし	牛肉 野菜昆布 厚揚げ かまぼこ 竹輪 木綿豆腐 赤味噌 麦味噌 スキムミルク いりこ	サラダ油 和風だし 三温糖 濃口醤油 みりん 米酢 薄口醤油	人参 竹の子 しいたけ(乾) グリンピース キャベツ ほうれん草 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 Caウエハース	スキムミルク いりこ 源氏パイ
7	日						
8	月	●親子汁 さつまいもの甘煮 フルーチェ	鶏肉 卵 かまぼこ 牛乳 こしあん スキムミルク いりこ	和風だし 濃口醤油 薄口醤油 食塩 みりん さつまいも 三温糖 上白糖 フルーチェ(いちご) 上新粉 薄力粉	豆苗 えのき しいたけ(乾) 玉ねぎ 人参 葉ねぎ	牛乳 菓子	スキムミルク いりこ ★浮島
9	火	魚の天ぷら ひじきの甘辛煮 赤だし	タラ 卵 鶏肉 大豆(水煮) ひじき(乾) さつまいも 竹輪 かまぼこ 木綿豆腐 麦味噌 赤味噌 スキムミルク いりこ	食塩 薄力粉 菜種油 和風だし 三温糖 濃口醤油 料理酒 薄口醤油	しいたけ(乾) 人参 グリンピース 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 オレンジ	スキムミルク いりこ スイートポテトビスケット
10	水	厚揚げと挽肉の炒め物 わかめスープ パインアップル	合挽肉 厚揚げ 甜面醬 鶏肉 わかめ(乾) 木綿豆腐 スキムミルク いりこ	三温糖 濃口醤油 みりん 中華味 薄口醤油 白玉粉 片栗粉	玉ねぎ にら 人参 しいたけ(乾) えのき 葉ねぎ パインアップル	牛乳 ベジタベ	スキムミルク いりこ ★みたらし団子
11	木	魚のムニエル マカロニサラダ コンソメスープ	鮭 ハム ウィナー 牛乳 いりこ	塩こしょう 薄力粉 有塩バター サラダ油 三温糖 みりん 料理酒 ウスターソース マヨネーズ 食塩 コンソメ 薄口醤油	きゅうり 玉ねぎ コーン 人参 しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ	牛乳 りんご	スキムミルク いりこ Caせんべい
12	金	うどん 味付けのり エビと野菜のかき揚げ	かまぼこ エビ 卵 味付けのり 牛乳 スキムミルク いりこ	うどん(乾) 和布だし 食塩 薄口醤油 みりん 薄力粉 菜種油 黒砂糖 さつまいも サラダ油 ベーキングパウダー	しめじ 水菜 玉ねぎ 人参 しそ	牛乳 カニビス	スキムミルク いりこ ★蒸しパン
13	土	肉団子のケチャップ煮 春雨サラダ 中華スープ	肉団子 ハム 鶏肉 スキムミルク いりこ	料理酒 三温糖 ケチャップ 中濃ソース 春雨 マヨネーズ 薄口醤油 中華味 みりん	きゅうり 玉ねぎ コーン しめじ 人参 竹の子 しいたけ(乾)	牛乳 ムーンライト	スキムミルク いりこ せんべい
14	日						
15	月	●牛肉と玉ねぎの甘辛煮 ごま酢和え 赤だし	牛肉 竹輪 木綿豆腐 赤味噌 麦味噌 こしあん 卵 スキムミルク いりこ	和風だし みりん 濃口醤油 薄口醤油 米酢 三温糖 ハイ生地	玉ねぎ ブロッコリー 人参 コーン なめこ 葉ねぎ	牛乳 メロン	スキムミルク いりこ ★あんころパイ
16	火	魚マヨ ポトフ オレンジ	赤魚 ウィナー スキムミルク いりこ	塩こしょう 片栗粉 菜種油 マヨネーズ ケチャップ レモン果汁 コンソメ みりん じゃがいも 薄口醤油 料理酒	ベーコン 大根 人参 トマト 玉ねぎ セロリ キャベツ しめじ コーン 葉ねぎ オレンジ	牛乳 ミニサラダ	スキムミルク いりこ ビスコ
17	水	鶏肉のマスタード焼き サラダ コンソメスープ	鶏肉 ベーコン 魚肉ソーセージ 卵 鯉節 あおのり スキムミルク いりこ	塩こしょう 片栗粉 サラダ油 マスタード 濃口醤油 料理酒 みりん 和風ドレッシング コンソメ 薄力粉 和風だし 天かす たこ焼きソース	ブロッコリー 人参 玉ねぎ コーン きゅうり しめじ キャベツ セロリ 葉ねぎ	牛乳 パインアップル	スキムミルク いりこ ★たご焼き
18	木	魚の蒸し焼き さつまい 納豆	鮭 鶏肉 木綿豆腐 納豆 麦味噌 スキムミルク いりこ	じゃがいも 塩こしょう マーガリン 和風だし さつまいも 里芋こんにやく	しめじ 人参 大根 ごぼう 葉ねぎ	牛乳 キャラメルコーン	スキムミルク いりこ 黒糖ミルク
19	金	冷やし中華 春巻き ふりかけ	ハム 卵 春巻き 卵 牛乳 スキムミルク いりこ	中華麺(乾) ごま油 米酢 濃口醤油 三温糖 レモン果汁 菜種油 上白糖 ホットケーキミックス サラダ油	トマト きゅうり もやし	牛乳 ロアンヌ	スキムミルク いりこ ★ホットケーキ
20	土	魚の照り焼き 即席漬け 赤だし	サバ 塩昆布 木綿豆腐 麦味噌 赤味噌 スキムミルク いりこ	濃口醤油 みりん 料理酒 サラダ油 食塩 薄口醤油 和風だし	きゅうり キャベツ 人参 コーン 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 せんべい	スキムミルク いりこ マリー
21	日						
22	月 (誕生会)	二色井 酢の物 豚汁 ゼリー	鶏挽肉 卵 エビ わかめ(乾) しらす干し 豚肉 厚揚げ 麦味噌 生クリーム スキムミルク いりこ	うるち米 濃口醤油 三温糖 食塩 サラダ油 里芋 料理酒 米酢 濃口醤油 和風だし スポンジケーキ グラニュー糖 練乳	きゅうり もやし 大根 人参 ごぼう 葉ねぎ メロン パイン(缶) 黄桃(缶)	牛乳 ビスコ	スキムミルク いりこ ★ショートケーキ
23	火	魚のケチャップ煮 ナムル わかめスープ	サバ 鶏肉 わかめ(乾) スキムミルク いりこ	料理酒 三温糖 ケチャップ 中濃ソース 食塩 ごま 濃口醤油 ごま油 中華味 みりん 薄口醤油	もやし ほうれん草 人参 玉ねぎ えのき しいたけ(乾) 葉ねぎ	牛乳 バナナ	スキムミルク いりこ セブーレ
24	水	肉じゃが 竹輪サラダ 赤だし	牛肉 竹輪 ツナ 木綿豆腐 麦味噌 赤だし いりこ	じゃがいも 糸こんにやく サラダ油 三温糖 濃口醤油 みりん マヨネーズ 米酢 和風だし 薄口醤油 うるち米	人参 玉ねぎ グリンピース きゅうり キャベツ コーン なめこ 葉ねぎ	牛乳 ウエハース	スキムミルク いりこ ★おにぎり
25	木	●カレー汁 マカロニサラダ すいか	豚肉 ハム 牛乳 いりこ	じゃがいも サラダ油 マカロニ マヨネーズ 食塩	玉ねぎ 人参 きゅうり コーン すいか	牛乳 黒糖ミルク	スキムミルク いりこ おにぎりせんべい
26	金	焼きうどん 味噌汁 味付けのり	豚肉 木綿豆腐 わかめ(乾) 味付けのり 卵 スキムミルク いりこ	うどん サラダ油 三温糖 濃口醤油 和風だし 薄力粉 ベーキングパウダー 粉糖 有塩バター	人参 玉ねぎ キャベツ もやし ビーマン しいたけ 葉ねぎ	牛乳 オレンジ	スキムミルク いりこ ★クッキー
27	土	豚肉のしょうが焼き 味噌汁 わかめともやしの和え物	豚肉 ツナ 木綿豆腐 麦味噌 わかめ(乾) スキムミルク いりこ	濃口醤油 みりん 料理酒 おろししょうが 薄口醤油 食塩 和風だし	玉ねぎ もやし きゅうり キャベツ 人参 えのき 葉ねぎ	牛乳 クッキー	スキムミルク いりこ ミニサラダ
28	日						
29	月	●八宝菜 鶏レバーの甘露煮 メロン	豚肉 エビ イカ あさり 鶏レバー かぼち さつまいも うずらの卵(缶) 竹輪 アガー スキムミルク いりこ	中華味 三温糖 薄口醤油 濃口醤油 おろししょうが・にんにく 中華味 上白糖 片栗粉	白菜 人参 玉ねぎ きくらげ(乾) 竹の子 しいたけ(乾) にら メロン みかん(缶)	牛乳 マリー	スキムミルク いりこ ★みかんゼリー
30	火	からあげ 五目なます 赤だし	鶏肉 油揚げ 木綿豆腐 麦味噌 赤味噌 スキムミルク いりこ	おろししょうが・にんにく 料理酒 濃口醤油 みりん 片栗粉 ごま 米酢 三温糖 和風だし	大根 きゅうり 人参 玉ねぎ なめこ 葉ねぎ	牛乳 ぱりんこ	スキムミルク いりこ アスパラガス

※献立の中的主要な食材をグループ分けしています。このグループ分けには、未満児の朝のおやつと昼食(ごはん)は含まれていません。

★は、手作りおやつです。●は、ご飯に掛けてもよい献立です。

### 【行事食】

5月は、『こいのぼりクッキー』『おべんとうパスのお弁当』  
をつくりました。子どもたちがとても喜んで食べてくれました。  
数日は、お弁当パスのお話をしてくれました。そんな姿に、給  
食室も嬉しくなりました。



6月19日は、ゆり組の  
クッキング活動です。

「ホットケーキ」  
をつくります



※保護者の皆様へ※

- ・爪を短く切っておいてください。
- ・指に傷があるお子さん、当日体調が悪い  
お子さんも教えてください。爪が長かったり、  
指の切り傷、体調が悪いお子さんは、  
当日の活動内容を変更させていただくこともあります。