

# 6 月 の 給 食 献 立 表

2026/6月

びよびよ保育園

献立	15時おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 (%)未満児	材 料 名			行 事 (備 考)
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 月 三色どんぶり、豆腐のすまし汁、バナナ	牛乳、かっぱえびせん	476.1(413.0) 17.8(14.8) 16.3(12.8) 1.6(1.1)	米、押麦、砂糖、油、かっぱえびせん	牛乳、鶏ひき肉、絹ごし豆腐、卵、油揚げ、すりごま	バナナ、ほうれんそう、にんじん、えのきたけ、しょうが	
2 火 御飯、みそ汁(じゃが芋)、アジメソチ、コールスローサラダ、パイン缶	牛乳、ロールケーキ	479.5(423.6) 18.9(15.8) 18.1(14.4) 2.0(1.5)	米、じゃがいも、マヨネーズ、押麦、ロールケーキ	牛乳、みそ、ハム、アジメソチ	パイン缶、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、コーン缶、レタス、干しぶどう、カットわかめ	
3 水 御飯、みそ汁(かぼちゃ)、かれいの煮つけ、しらすサラダ、ふりかけ、みかん缶	牛乳、歌舞伎揚げ	434.2(409.4) 18.0(15.7) 15.3(13.0) 2.1(1.8)	米、押麦、砂糖、油、歌舞伎揚げ	牛乳、かれい、みそ、しらす干し、すりごま	みかん缶、こまつな、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうが	
4 木 黒糖ロールパン、トマトスープ、タンドリーチキン、ポテトサラダ、ブルーネ、牛乳	麦茶、アイス	458.4(425.9) 21.3(17.6) 21.4(19.3) 1.4(1.1)	じゃがいも、マヨネーズ、黒糖ロールパン	牛乳、鶏もも肉、アイス、卵、ベーコン、ヨーグルト(無糖)、ハム	トマト、たまねぎ、ブルーネ、にんじん、キャベツ、きゅうり、しめじ、コーン缶、にんにく	
5 金 御飯、五目汁(とうがん)、さんまの生姜煮、にしきあえ、メロン	牛乳、ラスク(レーズン)	491.0(479.3) 19.1(17.9) 17.0(15.3) 1.1(0.9)	米、砂糖、マーガリン、押麦、レーズンロールパン	牛乳、卵、鶏ひき肉、すりごま、さんまの生姜煮	メロン、もやし、とうがん、にんじん、ほうれんそう、キャベツ、えのきたけ、ねぎ	
8 月 キーマカレー、中華スープ、カップヨーグルト	牛乳、源氏パイ	533.7(505.1) 14.6(12.6) 23.2(20.0) 2.8(2.1)	米、じゃがいも、油、源氏パイ	牛乳、豚ひき肉、ベーコン、カップヨーグルト	たまねぎ、にんじん、グリーンピース、トマトピューレ、しいたけ、キャベツ、にんにく、しょうが、カットわかめ	
9 火 御飯、豆乳みそスープ、さばの塩焼き、五目きんぴら、納豆、みかん缶	牛乳、ビスケット	487.3(447.0) 22.4(18.8) 19.9(16.7) 1.5(1.1)	米、しらたき、押麦、砂糖、ごま油、ビスケット	牛乳、さば、豚ひき肉、挽きわり納豆、豆乳、みそ	みかん缶、にんじん、ごぼう、たまねぎ、なす、れんこん、えのきたけ、にら、ピーマン	
10 水 御飯、わかめスープ(もやし)、肉団子の酢豚風、春キャベツの塩昆布あえ、もも缶	牛乳、カスタードケーキ	448.5(420.1) 12.1(10.7) 17.5(15.3) 1.8(1.3)	米、押麦、油、片栗粉、カスタードケーキ、砂糖	牛乳、肉団子	もも缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、もやし、ねぎ、しいたけ、コーン缶、ピーマン、黄ピーマン、塩こんぶ、カットわかめ	
11 木 冷やしサラダうどん、シュウマイ、青りんごゼリー	牛乳、スイートポテト	452.3(441.9) 13.0(11.3) 13.8(11.9) 2.7(2.1)	ゆでうどん(冷凍)、マヨネーズ、青りんごゼリー、スイートポテト	牛乳、かにかまぼこ、かつお節、錦糸卵、しゅうまい	トマト、きゅうり、カットわかめ	
12 金 御飯、みそ汁(切干だいこん)、はんぺんフライ、きゅうりの酢の物、グレープフルーツ	麦茶、あじさいヨーグルト	445.1(376.7) 12.3(9.7) 15.7(11.4) 1.2(0.8)	米、さといも、油、押麦、砂糖、ゼリー	ヨーグルト(無糖)、しらす干し、みそ、ごま、チーズはんぺんフライ	グレープフルーツ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、切り干しだいこん、カットわかめ	
15 月 切昆布御飯、みそ汁(豚肉)、鮭の塩麹焼き、きゅうりとささみのごまサラダ、パイン缶	牛乳、コーンフレーク	437.6(390.1) 26.1(21.6) 9.3(7.3) 2.0(1.5)	米、コーンフレーク、押麦、ごま油、砂糖	牛乳、さけ、鶏ささ身、豚ひき肉、ちくわ、みそ、すりごま	パイン缶、もやし、きゅうり、にんじん、切昆布、にら	
16 火 御飯、すまし汁(だいこん)、豚肉とキャベツのみそ炒め、もやしの彩りあえ、オレンジ	牛乳、かりんとう	443.2(387.5) 16.1(13.4) 18.3(14.1) 1.4(1.0)	米、油、押麦、砂糖、かりんとう	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、みそ、油揚げ、ごま	オレンジ、キャベツ、もやし、だいこん、にんじん、にら、えのきたけ、ねぎ、赤ピーマン、ピーマン、にんにく、しょうが	
17 水 えびピラフ、きのこのスープ、ウインナーソーテー、ホイールブロッコリー、ミニケーキ	牛乳、せんべい	488.5(444.4) 14.8(12.9) 21.5(17.0) 1.6(1.3)	米、ケーキ、マヨネーズ、油、せんべい	牛乳、ウインナー、豚ひき肉、えび(むき身)、ベーコン	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ、えのきたけ、しいたけ、コーン缶	お 誕 生 会
18 木 フランスパン、ミネストローネスープ、ハンバーグ、小松菜のサラダ、バナナ、牛乳	麦茶、アイス	489.2(478.8) 20.6(16.9) 23.2(21.4) 2.1(1.2)	フランスパン、マヨネーズ、マカロニ	牛乳、アイス、ベーコン、ハンバーグ	バナナ、トマト、にんじん、たまねぎ、レタス、こまつな、かぶ、コーン缶、キャベツ	
19 金 御飯、みそ汁(かぼちゃ)、さわらの西京焼き、ハンサンスー、みかん缶	牛乳、かぼちゃのホットケーキ	479.8(414.9) 19.7(15.4) 15.0(11.4) 1.8(1.3)	米、ホットケーキ粉、マーガリン、押麦、砂糖、メープルシロップ、はるさめ、油、ごま油	牛乳、さくら、みそ、ハム、卵、ごま、錦糸卵	みかん缶、かぼちゃ、きゅうり、にんじん、チンゲンサイ、かぼちゃペースト、えのきたけ、カットわかめ	
22 月 中華丼、豆腐スープ、あじさいゼリー	牛乳、プリンタルト	439.3(422.5) 11.9(10.5) 16.8(14.3) 1.1(0.8)	米、ごま油、片栗粉、焼きプリンタルト、あじさいゼリー	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐	もやし、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、コーン缶、ねぎ、しょうが、カットわかめ、にんにく	
23 火 御飯、みそ汁(豆腐)、ピーマンの細切り炒め、ブロッコリーのミモザサラダ、もも缶	牛乳、きらきらゼリー、ビスコ	479.3(429.3) 18.8(15.8) 16.7(13.4) 1.4(1.0)	米、マヨネーズ、押麦、油、片栗粉、ゼリー、ビスコ	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、卵、みそ、ハム	もも缶、なす、ピーマン、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、もやし、黄ピーマン	
24 水 冷やし中華、フルーツヨーグルト	牛乳、たべっ子どろぶつ	192.4(228.3) 4.4(4.6) 11.5(11.0) 0.1(0.1)	たべっ子どろぶつ	牛乳		お 弁 当 の 日
25 木 冷やし中華、フルーツヨーグルト	麦茶、わかめおにぎり	414.2(372.8) 14.9(12.7) 5.0(4.0) 3.3(2.4)	ゆで中華麺(冷凍)、米	ヨーグルト(無糖)、かにかまぼこ、ハム、錦糸卵	トマト、みかん缶、きゅうり、パイン缶、バナナ、カットわかめ	お や つ 作 り
26 金 御飯、すまし汁(はくさい)、さばのみそ煮、ほうれん草とえのきたけのお浸し、キウイフルーツ	牛乳、フライドポテト	452.1(375.8) 16.5(12.3) 20.0(13.1) 1.2(0.8)	フライドポテト、米、油、押麦、砂糖	牛乳、(さば類)冷凍、骨なし、みそ	キウイフルーツ、ほうれんそう、はくさい、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、しょうが	
29 月 ハリハリわかめ御飯、みそ汁(さつまいも)、豚しゃぶ風あえ物、厚焼き卵、メロン	牛乳、いちごジャムサンド	460.5(409.7) 17.8(14.9) 15.7(12.6) 2.3(1.8)	米、食パン、さつまいも、マーガリン	牛乳、豚肉(肩ロース)、厚焼き卵、みそ	メロン、トマト、たまねぎ、レタス、きゅうり、ねぎ、コーン缶、いちごジャム、切り干しだいこん、カットわかめ	
30 火 御飯、みそ汁(切干し)、いわしの梅煮、ひじきとほうれん草のサラダ、みかん缶	牛乳、ドーナツ	463.9(452.2) 15.4(14.4) 19.9(18.2) 1.7(1.4)	米、押麦、マヨネーズ、ドーナツ	牛乳、みそ、ベーコン、ごま、いわしの梅煮	みかん缶、ほうれんそう、にんじん、もやし、えのきたけ、切り干しだいこん、ひじき	

\*材料の搬入の都合により、メニューが変更になる場合があります。

\*うさぎ組の10時のおやつはローリーエースになります。