

# 2026年 6月 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
01 月	昼食	あわごぼん 豚肉のしょうが炒め コーンとキャベツのコールスローサラダ みそ汁(なす・玉ねぎ) くだもの	米、きび 油 マヨネーズ(ノンエッグ)	豚肉 みそ	たまねぎ、ピーマン、にんじん、しょうが キャベツ、コーン、きゅうり なす、たまねぎ、ねぎ バナナ
	おやつ	牛乳 スティック菓子(ごま)	小麦粉、ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	牛乳 卵	ごま
02 火	昼食	雑穀ごはん さばの梅みそ焼き きんぴらごぼう 鶏肉と冬瓜のすまし汁 フルーツ缶	米、きび、押麦 油	さば、みそ 豚肉 鶏肉	うめびしお、しょうが ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん とうがん、こまつな、しいたけ みかん缶
	おやつ	牛乳 黒糖バナナケーキ	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)、黒糖	牛乳 卵、牛乳、脱脂粉乳	バナナ
03 水	昼食	きつねうどん(なると・ねぎ) 鶏ササミ天ぷら ほうれんそうの白和え ヨーグルト	うどん(小麦) 小麦粉、油 ごま油	なると(大豆)、油揚げ(大豆) 卵、とりささみ 豆腐 ヨーグルト(乳)	ねぎ ほうれんそう
	おやつ	おにぎり(昆布) 小魚(ごま)	米	こんぶ、かつお節 小魚(ごま・大豆・小麦)	
04 木	昼食	豚丼 切干大根のツナ和え みそ汁(はくさい・えのき) くだもの	米 ごま油	豚肉、きざみのり ツナ みそ	たまねぎ、にんじん、ねぎ、にんにく、しょうが きゅうり、にんじん、切り干しだいこん はくさい、えのきたけ バナナ
	おやつ	牛乳 マーブルケーキ	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)	牛乳 牛乳、卵、脱脂粉乳	ココア
05 金	昼食	麦ごはん 肉じゃが ひじき入り卵焼き みそ汁(豆腐・わかめ) くだもの	米、押麦 じゃがいも、油 油	豚肉 卵、ひじき 豆腐、みそ、わかめ	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん オレンジ
	おやつ	牛乳 ジャムサンド	食パン(小麦・大豆)	牛乳	ブルーベリージャム
06 土	昼食	あわごぼん ピザバーグ 野菜炒め コーンと卵のスープ フルーツ缶	米、きび パン粉(小麦) 油	牛豚合ひき肉、チーズ(乳)、牛乳、卵 揚げ豆腐、豚肉 卵	たまねぎ、ピーマン、にんじん キャベツ、もやし、にんじん、にら コーン、たまねぎ もも
	おやつ	支那そばチャンプルー	沖縄そば、油	ツナ	たまねぎ、にら
08 月	昼食	トマトチキンカレー ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、油 マヨネーズ(ノンエッグ)	鶏肉 大豆、卵 ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、コーン、にんにく ブロッコリー、にんじん みかん
	おやつ	牛乳 フレンチトースト	食パン(小麦・大豆)	牛乳 牛乳、卵	
09 火	昼食	雑穀ごはん 赤魚とごぼうの煮つけ 厚揚げと菜の花の炒め物 みそ汁(だいこん・しめじ) くだもの	米、きび、押麦 油	あかうお 揚げ豆腐、豚肉 みそ	ごぼう、しょうが なのはな、にんじん だいこん、しめじ オレンジ
	おやつ	牛乳 焼きいも	さつまいも	牛乳	
10 水	昼食	三色そぼろ丼 ごまじゃこサラダ ゆし豆腐汁 くだもの	米、油、ごま油 ごま油	豚ひき肉、鶏ひき肉 しらす干し 豆腐、みそ	ほうれんそう、にんじん、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん、いりごま ねぎ バナナ
	おやつ	おにぎり(みそ) チーズ	米	みそ パピールチーズ(Fe・Cal)	
11 木	昼食	麦ごはん 魚のカレー天ぷら 豆腐チャンプルー みそ汁(冬瓜・わかめ) フルーツ缶	米、押麦 小麦粉、油 油	キング、卵 豆腐、豚肉 みそ、わかめ	キャベツ、にんじん、にら とうがん パイン缶
	おやつ	牛乳 ココアブラウニー	小麦粉、油、粉糖	牛乳 卵、牛乳	ココア
12 金	昼食	雑穀ごはん 納豆 チキンの照り焼き パパイア炒め みそ汁(こまつな・きのこ) ブルー	米、きび、押麦 油	納豆 鶏肉 豚肉 みそ	にんにく パパイア、にんじん、いんげん しめじ、えのきたけ、こまつな ブルー
	おやつ	牛乳 コロッケ	油、コロッケ(小麦・乳・大豆)	牛乳	
13 土	昼食	中華丼 ポテトサラダ みそ汁(豆腐・わかめ) ウエハース	米 じゃがいも、マヨネーズ(ノンエッグ) ウエハース(小麦・乳・卵・大豆・ゼラチン)	豚肉 豆腐、みそ、わかめ	白菜、にんじん、だいのこ、しいたけ、きくらげ きゅうり、にんじん
	おやつ	バナナ ビスケット	ビスケット(小麦・乳)		バナナ

\* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります

\* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします

# 2026年 6月 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

日 曜	時間帯	献立名	材 料 名		
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの
15 月	昼食	雑穀ごはん 豚肉と厚揚げのホイコーロー 揚げきょうざ わかめスープ フルーツ缶	米、きび、押麦 油、ごま油、片栗粉 きょうざ(小麦・大豆・豚肉)	揚げ豆腐、豚肉、みそ  わかめ	キャベツ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが  たまねぎ、えのきだけ みかん缶
	おやつ	牛乳 蒸しカステラ(黒糖)	強力粉(小麦)、黒糖	牛乳 牛乳	
16 火	昼食	麦ごはん グルクンのごま天ぷら 切干大根炒め みそ汁(キャベツ・えのき) くだもの	米、押麦 小麦粉、油 油	卵、グルクン 豚肉、こんぶ みそ	ごま、いりごま 切り干しだいこん、こんにやく キャベツ、えのきだけ バナナ
	おやつ	牛乳 きなこトースト	食パン(小麦・乳)、バター(乳)、グラニュー糖	牛乳 きな粉、脱脂粉乳	
17 水	昼食	沖縄そば キャベツとササミのサラダ ヨーグルト	沖縄そば(小麦・大豆) ごまドレッシング(ごま・卵)	豚三枚肉、豚だし骨、かまぼこ(大豆) さき身 ヨーグルト(乳)	ねぎ キャベツ、きゅうり
	おやつ	おにぎり(鮭・ごま)	米	さけ	いりごま
18 木	昼食	お誕生会(お弁当)			
	おやつ	乳酸菌飲料 シフォンケーキ	シフォンケーキ(小麦・卵・乳・大豆)	乳酸菌飲料(乳)	
19 金	昼食	あわごはん 鶏肉と大根の煮物 レバーの南蛮漬け みそ汁(ほうれん草・えのき) くだもの	米、きび  片栗粉、油	鶏肉 豚レバー みそ	だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ にんにく、しょうが ほうれん草、えのきだけ バナナ
	おやつ	牛乳 平焼きパン(チーズ)	強力粉(小麦)、バター(乳)、オリーブ油	牛乳 チーズ(乳)、脱脂粉乳	いりごま
20 土	昼食	麦ごはん 鶏肉とポテトのチーズ焼き 魅ちゃんブルー みそ汁(冬瓜・ごまつな) フルーツ缶	米、押麦 じゃがいも、パン粉(小麦) 麸、油	鶏肉、チーズ(乳) 豚肉 みそ	コーン、にんにく キャベツ、もやし、にんじん、にら とうがん、ごまつな パイナップル
	おやつ	ひじきごはん	米	ひじき	いりごま
22 月	昼食	スパゲティミートソース 胚芽食パン キャベツサラダ 豆乳コーンスープ チーズ	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 金輪粉パン(小麦・大豆) ごまドレッシング(ごま・卵) 片栗粉	牛豚合びき肉  豆乳、鶏もも肉 ベビーチーズ(Fe・Ca)	たまねぎ、ホルトマト、にんじん、ピーマン、にんにく  キャベツ、きゅうり はくさい、クリームコーン、たまねぎ、しめじ
	おやつ	おにぎり(しらず・わかめ)	米	しらず干し、わかめ	
24 水	昼食	麦ごはん 豚肉となすのみそ炒め 蒸ししゅうまい かき玉汁(ほうれん草) くだもの	米、押麦 油  片栗粉	豚肉、みそ しゅうまい(小麦・乳・豚・大豆・鶏・ごま) 卵	なす、たまねぎ、たけのこ(水巻)パック、にんじん、ピーマン  ほうれん草 バナナ
	おやつ	牛乳 豆腐ドーナツ(粉糖)	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油	牛乳 豆腐	
25 木	昼食	炊き込みごはん 厚揚げの野菜あんかけ 大豆とひじきの煮物 豚汁 くだもの	米 片栗粉	鶏もも肉 揚げ豆腐 大豆、ひじき 豚肉、みそ	にんじん、切り干しだいこん、しいたけ たまねぎ、にんじん、いんげん、きくらげ にんじん、いんげん だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ オレンジ
	おやつ	プリン フライドポテト	プリン(乳・卵) フライドポテト		
26 金	昼食	麦ごはん 筑前煮 豚肉の野菜巻き みそ汁(もずく) チーズ	米、押麦   片栗粉	鶏肉 豚肉 もずく、みそ ベビーチーズ(Fe・Ca)	にんじん、かぶ、パセリ、ほうろく、しいたけ、いんげん にんじん、いんげん ねぎ
	おやつ	牛乳 コーンフレーク	コーンフレーク	牛乳	
27 土	昼食	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツヨーグルト	米、油 マヨネーズ(ノンエッグ)、マカロニ	牛肉  ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム キャベツ、コーン、きゅうり みかん缶
	おやつ	野菜ジュース おからバナナマフィン	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、バター(乳)	卵、牛乳、おから	バナナ、レモン
29 月	昼食	麦ごはん マーボー豆腐 はるさめサラダ みそ汁(大根・わかめ) くだもの	米、押麦 油、片栗粉 はるさめ、ごま油	豆腐、牛豚合びき肉、みそ  みそ、わかめ	にんじん、たまねぎ、長ねぎ、にんにく、しょうが にんじん、きゅうり だいこん バナナ
	おやつ	牛乳 ホットドッグ	ロールパン(小麦・乳・卵・大豆)、マヨネーズ(ノンエッグ)	牛乳 ウインナー(乳・鶏・豚)	キャベツ、にんじん
30 火	昼食	牛丼 おくらと大根の梅和え みそ汁(豆腐・アーサ) フルーツ缶	米、油、片栗粉	牛肉  豆腐、みそ、あおさ	たまねぎ、しらたき、ピーマン、にんじん、しょうが だいこん、オクラ、うめ干し
	おやつ	牛乳 レモンケーキ	ホットケーキミックス(小麦・乳・大豆)、油、粉糖	牛乳 卵、牛乳	パイナップル レモン

\* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります  
\* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします