



6月メニュー

2026年度 石川三育保育園 献立表



| 6月 | 1歳児朝のおやつ | 献立 | 材 料 | おやつ |
|----|----------|---------------------------------------|--|--------------|
| 1 | 月 | クッキー スパゲッティ サラダ 野菜スープ フルーツ | パスタ 人参 玉葱 ピーマン チーズ ※大豆バーガー フルーツ トマト缶 しめじ チーズ キュウリ レタス トマト バジル | チョコチップホットケーキ |
| 2 | 火 | くだもの 厚揚げと大根の煮物 味噌汁、フルーツ | ブレンド米 もちきび 大根 人参 にら わかめ 厚揚げ レタス きゅうり 青ネギ フルーツ | てんさいとうクッキー |
| 3 | 水 | ビスケット ジャムパン フルーツ 豆乳ココア ポテトサラダ | 胚芽パン じゃがいも 人参 玉葱 コーン マカロニ キュウリ ブロッコリー ココア 豆乳 フルーツ | 塩昆布おにぎり |
| 4 | 木 | レーズン 豆腐ステーキ サラダ スープ フルーツ | 金芽米 豆腐 玉葱 豆腐 小松菜 わかめ 玉ねぎ 椎茸 レタス サニーレタス きゅうり コーン フルーツ | 黒糖蒸しカステラ |
| 5 | 金 | クラッカー ハヤシライス サラダ フルーツ | 押し麦 もちきび ブレンド米 じゃがいも 人参 玉葱 しめじ レタス トマト きゅうり ニンニク | ジャムパン |
| 8 | 月 | おせんべい 三色ご飯 お吸い物、フルーツ | ブレンド米 もちきび 人参 オクラ コーン わかめ 麩 青ネギ ※大豆バーガー フルーツ | ココアケーキ |
| 9 | 火 | クッキー 切干大根の煮物 フルーツ みそ汁 サラダ | 金芽米 昆布 人参 こんにゃく ※グルテン 千切り大根 玉葱 青ネギ キャベツ ほうれん草 フルーツ | ポップコーンmix |
| 10 | 水 | ビスケット ジャムサンド パナナ マカロニサラダ シチュー | 全粒粉パン じゃがいも 人参 玉葱 コーン しめじ グルテン ブロッコリー マッシュルーム フルーツ | リンケツのホットドック |
| 11 | 木 | くだもの グルテンのフライ お汁 サラダ フルーツ | ブレンド米 もちきび 玉葱 人参 ※グルテン フルーツ パン粉 卵 サニーレタス キュウリ 大根 青ネギ | きな粉クッキー |
| 12 | 金 | クラッカー ゆし豆腐沖縄そば サラダ フルーツ | 沖縄そば キャベツ 人参 玉葱 ゆし豆腐 もやし ※タンパッキー 青ネギ しょうが にんにく フルーツ | ジャムサンド |
| 15 | 月 | クッキー 冬瓜と大豆バーガーのあんかけ お汁 サラダ フルーツ | 金芽米 冬瓜 人参 玉葱 ※大豆バーガー 玉ねぎ 大根 椎茸 レタス 水菜 豆 トマト フルーツ | ゼリー&せんべい |
| 16 | 火 | くだもの 野菜揚げ餃子 味噌汁 サラダ フルーツ | ブレンド米 もちきび 人参 玉葱 キャベツ ニラ レタス トマト 大根 小松菜 フルーツ ※大豆バーガー | お好み焼き |
| 17 | 水 | ビスケット ジャムパン フルーツ 豆乳ココア ポテトサラダ | 胚芽パン じゃがいも 人参 玉葱 コーン マカロニ キュウリ ブロッコリー ココア 豆乳 フルーツ | 炊込みご飯にぎり |
| 18 | 木 | くだもの きつねうどん、野菜天ぷら サラダ フルーツ | うどん ほうれんそう もやし きゅうり 油揚げ 人参 玉ねぎ コーン あおさ ジャガイモ 青ネギ | シリアルバー |
| 19 | 金 | クラッカー タコライス フルーツ 銭麩のフライ 野菜のスープ | 金芽米 人参 玉葱 ピーマン ※大豆バーガー※タンパッキー 銭麩 チーズ キュウリ レタス バジル トマト フルーツ | 干し芋&ビスケット |
| 22 | 月 | おせんべい ビーンズ サラダ 野菜スープ フルーツ | 金芽米 人参 玉葱 ピーマン 金時豆 ※乾燥バーガー チーズ キュウリ レタス バジル フルーツ | 人参カップケーキ |
| 23 | 火 | *** | 慰霊の日 | * * * |
| 24 | 水 | ビスケット ジャムサンド パナナ マカロニサラダ シチュー | 全粒粉パン じゃがいも 人参 玉葱 コーン しめじ 白菜 グルテン ブロッコリー マッシュルーム パナナ | 海苔巻き |
| 25 | 木 | くだもの 麻婆豆腐 わかめスープ ナムル フルーツ | 発芽米 ※大豆バーガー 玉葱 もやし にら ナス 人参 豆腐 青ネギ ワカメ フルーツ | ヨーグルト |
| 26 | 金 | クラッカー お弁当 | * * * * * | 菓子パン |
| 29 | 月 | ビスケット ケチャップライス 野菜スープ サラダ フルーツ | 白米 もちきび 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 ケチャップ わかめ ネギ ※タンパッキー フルーツ | 黒糖ポーポー |
| 30 | 火 | 乾燥芋 大豆バーガーのハンバーグ サラダ スープ フルーツ | 金芽米 ※大豆バーガー 玉ねぎ 人参 ピーマン サニーレタス キュウリ コーン キャベツ バジル | チーズ蒸しパン |

※材料や行事などの都合によりメニューを変更する場合がございます。ご了承くださいm(_ _)m

※印は、大豆たんぱくや小麦たんぱくを使用した食品です。

新年度スタートから3か月経ちました！今月は、保護者の皆様にお越しいただく「給食試食会」を開催いたします。当日は、子どもたちが毎日使っているものと同じ食器を使い、同じ給食メニューを皆様にも召し上がっていただこうと考えています。子どもたちが園でどんな風に食事に向き合い、どんなサイズ感の食器で食べているのかを、ぜひ実際に五感で体感してみてください。卵乳菜食や味付けなどのお話も交えながら、皆様と美味しく楽しい時間を過ごしたいと考えております。

🌸 皆様のご参加を楽しみにお待ちしております 🌸