

2026年度6月 献立予定表



ニチキッズこくふ

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 15 29 (月)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 高野豆腐のオランダ煮 じゃがいもサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、みそ/凍り豆腐、片栗粉、油、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、みりん/えだまめ(冷凍)、じゃがいも、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/バナナ/牛乳/ぶどう濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)、りんご濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)/カルテツウエハース	牛乳	433 kcal
			クラッカー	14.2 g
			牛乳	12.6 g
2 16 30 (火)	ご飯 トマトのおみそ汁 タンドリーチキン はるさめサラダ オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、キャベツ、トマト、コーン(冷凍)、みそ/鶏もも肉、おろししょうが、ノンエッグマヨネーズ、ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、片栗粉/はるさめ、きゅうり、にんじん、もやし、ツナ水煮缶、砂糖、しょうゆ/オレンジ/牛乳/油、砂糖、食塩、小麦粉、ごま	牛乳	435 kcal
			おせんべい	17.7 g
			牛乳	14.6 g
3 17 (水)	ご飯 豆腐のすまし汁 さばの味噌煮 塩きんぴら バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、木綿豆腐、さやえんどう、ねぎ、しょうゆ、食塩/たまねぎ、おろししょうが、さば、砂糖、みりん、みそ/油、切り干しだいこん、にんじん、こまつな、食塩、水、ごま油、ごま/バナナ/牛乳/油、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ、ピーマン、しょうゆ、食塩	牛乳	445 kcal
			ビスケット	20.6 g
			牛乳	16.7 g
4 18 (木)	ご飯 さつまいものおみそ汁 甘酢あんつくね オクラの土佐和え バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、さつまいも、もやし、みそ/豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、ケチャップ、鶏がらスープの素、砂糖、しょうゆ、酢、片栗粉、水/オクラ、きゅうり、にんじん、えのきたけ、かつお節、しょうゆ/バナナ/牛乳/にんじん、とろけるチーズ、ノンエッグマヨネーズ、小麦粉、食塩、油	牛乳	422 kcal
			ウエハース	15.5 g
			牛乳	14.1 g
5 19 (金)	五目炒飯 じゃがいものおみそ汁 ちんげん菜のおかか和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米、ごま油、ねぎ、にんじん、しめじ、豚ひき肉、しょうゆ、食塩/かつおだし汁、じゃがいも、たまねぎ、みそ(甘みそ)/チンゲンサイ、コーン(冷凍)、かつお節、しょうゆ、砂糖/オレンジ/牛乳/米粉、砂糖、ベーキングパウダー、牛乳、油、とろけるチーズ、ウインナー	牛乳	424 kcal
			おせんべい	15.8 g
			牛乳	15.7 g
6 20 (土)	ご飯 キャベツのおみそ汁 かれない中華漬け焼き ひじきのサラダ オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、キャベツ、たまねぎ、みそ/かれない、ねぎ、ごま、おろししょうが、ごま油、砂糖、しょうゆ、みりん/ひじき、水、砂糖、しょうゆ、にんじん、きゅうり、鶏ささ身、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ/オレンジ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、無塩バター、しらす干し、たまねぎ、にんじん、食塩、カレー粉、しょうゆ、パセリ粉	牛乳	439 kcal
			クラッカー	21.2 g
			牛乳	10.1 g
8 22 (月)	ツナカレー わかめスープ きゅうりの浅漬け バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ツナ水煮缶、ホールトマト缶詰、かつお・昆布だし汁、りんご、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水、えだまめ(冷凍)/かつお・昆布だし汁、エリンギ、ねぎ、カットわかめ、しょうゆ、食塩、ごま油/きゅうり、だいこん、食塩/バナナ/牛乳/ぎょうざの皮、じゃがいも、こまつな、しょうゆ、みりん、油	牛乳	447 kcal
			ウエハース	15.9 g
			牛乳	12.6 g
9 23 (火)	ご飯 オニオンスープ さけのスイートポテト焼き ごまみそブロッコリー オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/油、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ、パセリ粉/さけ、さつまいも、食塩、ノンエッグマヨネーズ、かつお・昆布だし汁/ブロッコリー、にんじん、グリーンアスパラガス、コーン(冷凍)、水、みそ、砂糖、みりん、ごま/オレンジ/牛乳/ゆでうどん、油、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ケチャップ、ウスターソース、食塩	牛乳	425 kcal
			おせんべい	20.7 g
			牛乳	11.8 g
10 24 (水)	ご飯 オクラのすまし汁 豚肉のみそ焼き キャベツのすりごま和え バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、オクラ、じゃがいも、たまねぎ、食塩、しょうゆ/豚肉(もも)、砂糖、みりん、みそ/キャベツ、チンゲンサイ、にんじん、すりごま、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油、クリームコーン缶、コーン(冷凍)	牛乳	430 kcal
			ビスケット	18.1 g
			牛乳	13.3 g
11 25 (木)	ご飯 なすのおみそ汁 さわらの塩焼き 卵の花 バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、なす、切り干しだいこん、みそ/さわら、食塩/かつおだし汁、さつまいも、ごぼう、にんじん、砂糖、しょうゆ、みりん、油、おから、いんげん/バナナ/牛乳/オレンジ濃縮果汁、砂糖、かんてん(粉)/ソフトせんべい塩味	牛乳	442 kcal
			ウエハース	17.5 g
			牛乳	13.4 g
12 26 (金)	チキンピラフ かぼちゃのおみそ汁 ブロッコリーのマヨ和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米、こんぶ(だし用)、油、鶏もも肉、たまねぎ、ピーマン、コーン(冷凍)、食塩、ケチャップ、砂糖/かつおだし汁、かぼちゃ、カットわかめ、みそ/ブロッコリー、にんじん、食塩、ノンエッグマヨネーズ/オレンジ/牛乳/さつまいも、砂糖、牛乳	牛乳	421 kcal
			おせんべい	16.3 g
			牛乳	9.6 g
13 27 (土)	塩あんかけ野菜丼 だいこんのおみそ汁 にんじんのオープン焼き オレンジ	牛乳/クラッカー/米、ごま油、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、赤ピーマン、こまつな、鶏がらスープの素、食塩、片栗粉、水/かつおだし汁、だいこん、ねぎ、カットわかめ、みそ/にんじん、砂糖、食塩/オレンジ/牛乳/米、塩こんぶ	牛乳	430 kcal
			クラッカー	17.5 g
			牛乳	11.2 g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



6月平均栄養量	
433 kcal	
17.5 g	
13.0 g	