

2026年度6月 献立予定表

ニチキッズ下長尾保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			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 ホクホクそらまめ 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/そらまめ、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)/ソフトせんべい塩味	牛乳	488(433) kcal
			クラッカー	14.8(14.2) g
			牛乳	12.2(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	492(435) kcal
			おせんべい	18.9(17.7) g
			牛乳	15.2(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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/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	497(445) kcal
			ビスケット	22.4(20.6) g
			牛乳	16.8(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	471(422) kcal
			ウエハース	17.0(15.5) g
			牛乳	13.3(14.1) g
5 (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 グレープフルーツ	牛乳/お子様せんべい/米、ごま油、ねぎ、にんじん、しめじ、しいたけ、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、わかめ、米みそ(甘みそ)/いんげん、コーン(冷凍)、すりごま、しょうゆ、砂糖/グレープフルーツ/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	牛乳	480(424) kcal
			おせんべい	17.0(15.8) g
			牛乳	16.5(15.7) g
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 グレープフルーツ	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、米みそ(甘みそ)/チンゲンサイ、コーン(冷凍)、かつお節、しょうゆ、砂糖/グレープフルーツ/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	牛乳	480(424) kcal
			おせんべい	17.0(15.8) g
			牛乳	16.5(15.7) g
6 20 (土)	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 バナナ ★20日ファミリー★	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/バナナ/牛乳/さつまいも、砂糖、牛乳	牛乳	495(439) kcal
			おせんべい	23.0(21.2) g
			牛乳	9.2(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/じゃがいも、たまねぎ、パセリ、とろけるチーズ、ケチャップ、油	牛乳	502(447) kcal
			ウエハース	17.5(15.9) g
			牛乳	11.4(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	479(425) kcal
			おせんべい	22.5(20.7) g
			牛乳	11.7(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 グレープフルーツ	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/グレープフルーツ/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	牛乳	480(430) kcal
			ビスケット	19.3(18.1) g
			牛乳	12.8(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	491(442) kcal
			ウエハース	18.7(17.5) g
			牛乳	12.0(13.4) g
12 26 (金)	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	476(421) kcal
			おせんべい	17.3(16.3) g
			牛乳	9.0(9.6) g
13 27 (土)	ご飯 キャベツのおみそ汁 かれないの中華漬け焼き 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	482(430) kcal
			クラッカー	18.6(17.5) g
			牛乳	10.3(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、喫食確認を行っていません。

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
486(433) kcal
18.8(17.5) g
12.6(13.0) g