



令和8年度

6月

3色栄養食材 ☆ 献立表

エンジェル保育園



日	曜	献立	おやつ	未満児おやつ	赤(血や肉になる食品)	黄(力や熱になる食品)	緑(体の調子を整える食品)
1	月	甘酢肉団子 ツナサラダ じゃがいもの味噌汁	牛乳 のりしらすトースト	せんべい	ミートボール ツナ わかめ みそ	さとう かたくりこ マヨネーズ じゃがいも	グリーンピース きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ
2	火	豚肉のしょうが焼き 青菜ともやしのおかかあえ しめじと玉葱の味噌汁	牛乳 あずきスコーン	ウエハース	ぶたにく かつおぶし ちくわ みそ	さとう	しょうが たまねぎ にんじん ピーマン こまつな もやし しめじ
3	水	ヤンニョムチキン 南瓜のそぼろあん わかめとコーンのスープ	牛乳 豆乳くずもち	クラッカー	とりにく ひきにく ぶたにく わかめ	あぶら さとう かたくりこ ごま ごまあぶら	にんにく かぼちゃ グリーンピース たまねぎ にんじん コーン
4	木	白身魚のごまみそやき 豚と小松菜の和え物 けんちん汁	牛乳 じゃがもち	ビスケット	ほき みそ ぶたにく とうふ とりにく	ごま さとう こんにやく ごまあぶら	しょうが こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん
5	金	★金時草入りオムレツ コールスロー パンプキンスープ	牛乳 あじさいゼリー	ポーロ	たまご ベーコン ハム ひきにく ぎゅうにゅう	じゃがいも マヨネーズ さとう シチュールウ	きんじょう たまねぎ キャベツ コーン にんじん かぼちゃ パセリ
6	土	やきそば フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ビスケット	ぶたにく ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン フルーツ
8	月	キャベツバーグ ひじきサラダ クリームシチュー	牛乳 小倉クリームサンド	カステラ	ひきにく とうふ たまご ひじき ツナ とりにく ぎゅうにゅう	おつゆ マヨネーズ マカロニ シチュールウ	キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ コーン しめじ
9	火	肉じゃが じゃこサラダ 大根の味噌汁	牛乳 もちもちチーズパン	せんべい	とりにく しらす うすあげ みそ	じゃがいも しらたき さとう ごま	たまねぎ にんじん グリーンピース もやし こまつな だいこん しめじ
10	水	八宝菜 焼きそば ワンタンスープ	牛乳 フライドポテト	ウエハース	なると ぶたにく	かたくりこ ちゅうかめん ワンタン	はくさい きめさや にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ だいこん ねぎ
11	木	ポークチャップ はるさめサラダ ニラのスープ	牛乳 わかめおにぎり	クラッカー	ぶたにく だいず わかめ ハム ひきにく	さとう はるさめ ごまあぶら	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり にんじん ニら もやし
12	金	★太きゅうりの煮物 ゆかり和え なめこ豆腐の味噌汁	牛乳 きな粉バナナ蒸しパン	ビスケット	とりにく あつあげ とうふ うすあげ みそ	さとう かたくりこ	ふとぎゅうり しめじ にんじん キャベツ きゅうり なめこ ゆかり
13	土	五目うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	クラッカー	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	うどん さとう	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい フルーツ
15	月	チキンカレー マカロニサラダ	牛乳 オレンジ	ポーロ	とりにく ハム	じゃがいも カレールウ マカロニ マヨネーズ	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり
16	火	かぼちゃのパン粉焼き 切り干し大根のはりはりあえ 春雨スープ	牛乳 かえるくんクッキー	カステラ	ひきにく チーズ ベーコン ちくわ ぶたにく	ばんこ さとう ごま はるさめ	かぼちゃ たまねぎ にんじん きりぼし だいこん きゅうり はくさい ねぎ
17	水	白身魚のカラフル焼き ささみときゅうりの梅ポン キャベツの味噌汁	牛乳 コロコロラスク	せんべい	ほき ささみ ちくわ みそ	マヨネーズ ごま	パプリカ ピーマン きゅうり もやし うめびしお キャベツ にんじん しめじ
18	木	パエリア 豚肉のピカタ ワタナベさんのナポリタン 中華風コーンスープ	牛乳 かぼちゃのケーキ	ウエハース	ツナ ぶたにく たまご チーズ ベーコン	こむぎこ スパゲティ さとう	たまねぎ コーン パプリカ マッシュルーム ピーマン トマトかん こまつな にんじん
19	金	★金時草入りかき揚げ キャベツのゴママヨネーズ オクラの味噌汁	牛乳 ココアプリン	クラッカー	ちくわ かにかま とうふ うすあげ みそ	さつまいも こむぎこ あぶら ごま マヨネーズ	きんじょう たまねぎ キャベツ オクラ にんじん
20	土	ミートスパ フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	カステラ	ひきにく ぎゅうにゅう	スパゲティ さとう	たまねぎ しめじ トマトかん フルーツ
22	月	コーンフ레이크チキン 大根サラダ ポトフ	牛乳 水ようかん	ビスケット	とりにく かにかま ベーコン ウインナー	マヨネーズ コーンフ레이크 ごま じゃがいも	だいこん きゅうり コーン にんじん キャベツ
23	火	コロッケ 冷しゃぶサラダ テンゲン菜のスープ	牛乳 塩サブレ	ポーロ	とりにく ささみ	コロッケ あぶら ごま さとう	きゅうり にんじん キャベツ テンゲンサイ たまねぎ
24	水	マーボー茄子 ナムル ビーフンスープ	牛乳 コーンマヨパン	カステラ	ひきにく みそ ツナ ぶたにく	さとう かたくりこ ごまあぶら ビーフン	なす たまねぎ にんじん ピーマン しょうが にんにく もやし こまつな キャベツ
25	木	いりどり 青菜のいそべあえ 麩の味噌汁	お茶 フルーツヨーグルト	せんべい	とりにく のり かつおぶし みそ	じゃがいも こんにやく あぶら おつゆ	にんじん いんげん ごぼう しいたけ こまつな もやし たまねぎ ねぎ
26	金	鯛の味噌煮 きんぴらごぼう ★太胡瓜のどろみ汁	牛乳 パナラマフィン	ウエハース	さば みそ さつまいも ひきにく	こむぎこ しらたき ごま さとう かたくりこ	ごぼう にんじん ふとぎゅうり たまねぎ しょうが
27	土	肉うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	クラッカー	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	うどん さとう	たまねぎ ねぎ はくさい にんじん フルーツ
29	月	筑前煮 塩昆布サラダ きのこ汁	牛乳 ウインナーパイ	ビスケット	とりにく ちくわ こんぶ とうふ うすあげ みそ	こんにやく さとう マヨネーズ ごま	れんこん ごぼう にんじん しいたけ きゅうり キャベツ しめじ なめこ ねぎ
30	火	鶏肉のオレンジ焼き ゆで豚のポン酢和えめった汁	牛乳 おふかりんとう	ポーロ	とりにく ぶたにく かつおぶし うすあげ みそ	マーメレード ごま さとう さつまいも	しょうが にんにく にんじん もやし だいこん はくさい

- 都合により食材が変更になることもあります。
- 1ヶ月の平均は、エネルギー400kcal、たんぱく質17.5g、脂質16.8g、食塩1.8gです。
- 18日(木)は誕生会です。
- ★マークは加賀・地元野菜を使用したメニューです。

\* 今月の絵本給食 \*



「ワタナベさん」北村 直子作 より ナポリタンです。  
 ワタナベさんは鍋一つでどんな料理もおいしく作る名人です。しかしあるときナポリタンを注文されてしまいました。フライパンがないとできない、と困ってしまうワタナベさんでしたが、悩んだ末に、なんと鍋一つでできるナポリタンを作り始めます。はたしてそのお味は？

