6月給食献立表

2026年　　カレールウ・ロースハム・ベーコン・ウインナー・マヨネーズ・焼き竹輪はアレルギー対応しています。　　林田保育園

日	曜	昼食	3未(10時) ミルク	3時	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1	月	麻婆春雨　野菜しゅうまい 豆腐のスープ　みかん	ビスケット	ツナサンド	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 みそ・豆腐・ツナ缶	ビスケット・春雨・上白糖 ごま油・しゅうまいの皮 食パン・マヨネーズ	にんにく・生姜・人参 たまねぎ・ねぎ・小松菜 椎茸・みかん缶詰・コーン
2	火	ハヤシライス　シーザーサラダ ゆで卵　みかん	さきするめ	わらびもち	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 牛肉・豚肉・ベーコン・チーズ 卵・きな粉	じゃがいも・マヨネーズ くずでんぷん・上白糖	人参・たまねぎ・しめじ・コーン グリンピース・キャベツ きゅうり・みかん缶詰
3	水	筑前煮　ちくわの磯辺揚げ わかめのみそ汁　バナナ	パン	二色クッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 竹輪・豆腐・みそ・煮干 生クリーム	パン・上白糖・調合油 天ぷら粉・バター・薄力粉 ホットケーキMIX	ごぼう・れんこん・人参 グリンピース・椎茸・あおさ たまねぎ・わかめ・バナナ
4	木	牛肉と小松菜のカレーソテー マセドアンサラダ えのきのみそ汁　みかん	かみかみこんぶ	フルーチェ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・牛肉 ロースハム・チーズ・豆腐 煮干・みそ	じゃがいも・マヨネーズ	昆布・小松菜・赤ピーマン たまねぎ・にんにく・きゅうり 人参・えのきたけ・わかめ ねぎ・みかん缶詰・いちご果汁
5	金	鮭の洋風焼き キャベツのゆかり和え 根菜のみそ汁　みかん	シガーフライ	チヂミ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・しろさけ チーズ・煮干・みそ・豚肉	せんべい・マヨネーズ 薄力粉・米粉・ごま油	たまねぎ・コーン・パセリ キャベツ・きゅうり・ゆかり 人参・ねぎ・れんこん・ごぼう 大根・みかん缶詰・にら
6	土	焼きそば　煮干かりんと　バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉・煮干	中華めん・調合油・上白糖 マーガリン・パン	キャベツ・人参・椎茸・ピーマン あおのり・バナナ
8	月	鶏肉のBBQソース焼き マカロニサラダ キャベツのみそ汁　みかん	さきするめ	ホットケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 鶏肉・ロースハム・油揚げ 煮干・みそ	上白糖・マカロニ・マヨネーズ ホットケーキMIX・バター	生姜・にんにく・人参 きゅうり・キャベツ たまねぎ・ねぎ・みかん缶詰
9	火	肉みそ丼　いんげんの白和え ゆで卵　みかん	ビスケット	ピザマフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 みそ・いんげん・豆腐・卵 ベーコン・チーズ	ビスケット・調合油・ごま 上白糖・マーガリン ホットケーキMIX	生姜・たまねぎ・しめじ 赤ピーマン・グリンピース 人参・みかん缶詰
10	水	すき焼き風煮　かぼちゃサラダ 大根のみそ汁　バナナ	かみかみこんぶ	サイダーゼリー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・牛肉 豚肉・焼き豆腐・ロースハム 油揚げ・煮干・みそ	麩・上白糖・マヨネーズ ゼリー	昆布・人参・椎茸・白菜 ねぎ・かぼちゃ・きゅうり 大根・バナナ・みかん缶詰
11	木	サンドイッチ　じゃがコーン 人参グラッセ　ほうれん草のスープ みかん	シガーフライ	やみつき おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ロースハム・ウインナー 天かす	せんべい・食パン・マヨネーズ いちごジャム・じゃがいも バター・上白糖・米	きゅうり・コーン・人参 ほうれん草・たまねぎ みかん缶詰・あおさ
12	金	白身魚のフライ　ハム入りごま和え ふのみそ汁　みかん	パン	プリン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 すけとうだら・ロースハム みそ・煮干	パン・パン粉・調合油 マヨネーズ・ごま・上白糖 麩・プリンの素	たまねぎ・キャベツ・もやし 人参・わかめ・みかん缶詰
13	土	和風スパゲティ　煮干かりんと　バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・ベーコン・煮干	パスタ・バター・上白糖 マーガリン・パン	人参・たまねぎ・ほうれん草 ねぎ・のり・しめじ にんにく・バナナ
15	月	肉団子の甘辛煮　ナムル わかめスープ　みかん	さきするめ	きなこマカロニ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 豚肉・鶏肉・みそ・きな粉	上白糖・ごま油・マカロニ	たまねぎ・ピーマン もやし・人参・きゅうり 小松菜・コーン わかめ・みかん缶詰
16	火	豚汁　スパニッシュオムレツ ブロッコリー　バナナ	ビスケット	じゃこトースト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 油揚げ・豆腐・竹輪・みそ 煮干・ベーコン・卵 チーズ・しらす干し	ビスケット・さつまいも 調合油・食パン マヨネーズ	大根・人参・ごぼう・椎茸 ねぎ・生姜・ほうれん草 ブロッコリー・バナナ
17	水	肉じゃが　キャベツの塩昆布和え すまし汁　みかん	パン	フルーツ ヨーグルト	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・豚肉 牛肉・豆腐・かまぼこ・煮干 ヨーグルト	パン・じゃがいも・上白糖	たまねぎ・人参・グリンピース 椎茸・キャベツ・塩昆布 ねぎ・わかめ・みかん缶詰 バナナ・もも缶詰
18	木	いわしの生姜煮　チロリアンサラダ 小松菜のみそ汁　みかん	かみかみこんぶ	ごまクッキー	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・まいわし ロースハム・チーズ・みそ 煮干・生クリーム	上白糖・パスタ マヨネーズ・薄力粉・ごま ホットケーキMIX・バター	昆布・生姜・人参・きゅうり たまねぎ・小松菜 みかん缶詰
19	金	**♥誕生日会♥** カレーピラフ 鶏肉のから揚げ　切干大根のサラダ 野菜スープ　メロン	シガーフライ	ケーキ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ベーコン・鶏肉・するめ	せんべい・米・バター 片栗粉・調合油 ごま油・上白糖 ショートケーキ	人参・たまねぎ・しめじ コーン・グリンピース・生姜 にんにく・切干し大根 きゅうり・もやし・キャベツ ピーマン・メロン・みかん缶詰
20	土	わかめうどん　煮干かりんと　バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・鶏肉・油揚げ 天かす・煮干	うどん・上白糖・パン マーガリン	ねぎ・人参・椎茸・わかめ バナナ
22	月	鶏肉のさっぱり煮　もやしのごま和え なめこのみそ汁　みかん	さきするめ	カルピス 蒸しパン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 鶏肉・煮干・みそ・乳酸菌飲料	上白糖・ごま・麩 ホットケーキMIX・調合油	生姜・もやし・人参・小松菜 ねぎ・わかめ・なめこ みかん缶詰・もも缶詰
23	火	ミルクパン　ハムカツ　ツナサラダ ズッキーニのスープ　みかん	ビスケット	野沢菜おにぎり	脱脂粉乳・豆乳・牛乳 ロースハム・ツナ缶	ビスケット・パン・パン粉 調合油・マヨネーズ・米	キャベツ・きゅうり・人参 ズッキーニ・たまねぎ みかん缶詰・野沢菜
24	水	じゃがいものミートグラタン きゅうりとしらすの酢の物 豆腐のみそ汁　バナナ	パン	牛乳寒天	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・合挽肉 チーズ・しらす・豆腐 油揚げ・煮干・みそ	パン・じゃがいも・ごま 上白糖・いちごジャム	たまねぎ・人参・ピーマン きゅうり・わかめ・ねぎ バナナ・粉寒天
25	木	チンジャオロース　かぼちゃの煮物 なすのみそ汁　みかん	かみかみこんぶ	あんこ スティックパイ	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・牛肉 油揚げ・煮干・みそ・こしあん	片栗粉・ごま油・上白糖 パイ皮	昆布・ピーマン・赤ピーマン かぼちゃ・なす・たまねぎ みかん缶詰
26	金	鮭のムニエル 青菜のソテー じゃがいものみそ汁 メロン	シガーフライ	お好み焼き	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鮭 ロースハム・煮干・みそ 豚肉	せんべい・薄力粉・バター じゃがいも・お好み焼き粉	レモン・ほうれん草・人参 もやし・ねぎ・たまねぎ メロン・キャベツ・あおさ
27	土	コーンラーメン 煮干かりんと　バナナ	乳酸菌飲料	スナックパン	乳酸菌飲料・豚肉・煮干	中華めん・上白糖 マーガリン・パン	人参・もやし・キャベツ・椎茸 コーン・ねぎ・バナナ
29	月	フライドチキン 春雨サラダ オクラのみそ汁　みかん	さきするめ	シュークリーム	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・するめ 鶏肉・ロースハム 油揚げ・煮干・みそ	小麦粉・春雨・上白糖・ごま ごま油・シュークリーム	人参・きゅうり・ねぎ・オクラ わかめ・みかん缶詰
30	火	親子どんぶり　ウインナー キャベツの甘酢和え みかん	ビスケット	レーズン マフィン	脱脂粉乳・豆乳・牛乳・鶏肉 卵・ウインナー・油揚げ	ビスケット・米・上白糖 ごま・ホットケーキMIX 薄力粉・バター	たまねぎ・椎茸・ねぎ・人参 キャベツ・みかん缶詰 干しぶどう

※ご飯は3未のみです。3未の10時のおやつも食品目に記載しています。11日、23日はパンの日です。黄、青、白組はご飯はいりません。
19日は誕生日会です。黄、青、白組はご飯はいりません。お米を1合持ってきてください。※都合により献立が変更になることがあります。