

令和8年度

6月献立表

認定こども園モモ

日 曜日		3~5歳児 幼児食	2歳児 うめ乳児食	1歳児 かりん乳児食			
1 ・ 15 ・ 29	月	昼	チキンカレーライス フレンチサラダ	チキンカレーリゾット フレンチサラダ	チキンカレーリゾット フレンチサラダ		
		おやつ	レーズンクッキー	ゆかり野菜ご飯	ゆかり野菜ご飯		
2 ・ 16 ・ 30	火	昼	雑穀ご飯 鶏肉の豆乳シチュー バナナ	鶏挽き肉の豆乳シチューリゾット バナナ	鶏挽き肉の豆乳シチューリゾット バナナ		
		おやつ	きな粉蒸しパン	きな粉蒸しパン	きな粉蒸しパン		
3 ・ 17	水	昼	雑穀ご飯 魚のバター風味焼き ひじきと高野豆腐の煮物 もやしとえのきの味噌汁	ひじきと高野豆腐の野菜ご飯 魚のバター風味焼き 味噌汁	ひじきと高野豆腐の野菜ご飯 魚のバター風味焼き 味噌汁		
		おやつ	ミレービスケット・豆乳スープ	クッキー・豆乳スープ	クッキー・豆乳スープ		
4 ・ 18	木	昼	キャベツとしらすのスパゲッティ ポテトフライ	キャベツとしらすの野菜ご飯 スティックポテト	キャベツとしらすの野菜ご飯 スティックポテト		
		おやつ	コーンご飯	コーン野菜ご飯	コーン野菜ご飯		
5 ・ 19	金	昼	雑穀ご飯 鶏ひき肉と生揚げの煮物 たたき胡瓜 5日トマト 19日ブルーベリージャム	鶏ひき肉と生揚げの野菜ご飯 だし汁	鶏ひき肉と生揚げの野菜ご飯 だし汁		
		おやつ	にゅうめん	ささみの野菜ご飯	ささみの野菜ご飯		
6 ・ 20	土	昼	ひじきと鶏ひき肉のご飯 青海苔ポテト えのきと油揚げの味噌汁	ひじきと鶏ひき肉の野菜ご飯 青海苔ポテト 味噌汁	ひじきと鶏ひき肉の野菜ご飯 青海苔ポテト 味噌汁		
		おやつ	青海苔ラスク	青海苔ラスク	青海苔ラスク		
8 ・ 22	月	昼	雑穀ご飯 麻婆春雨 大根と胡瓜のナムル	鶏挽き肉と春雨の野菜ご飯 だし汁	鶏挽き肉と春雨の野菜ご飯 だし汁		
		おやつ	メープルクッキー	油揚げの野菜ご飯	油揚げの野菜ご飯		
9 ・ 23	火	昼	雑穀ご飯 鶏肉の豆乳カレーシチュー バナナ	鶏挽き肉の豆乳カレーシチューリゾット バナナ	鶏挽き肉の豆乳カレーシチューリゾット バナナ		
		おやつ	じゃこおやき	じゃこの野菜ご飯	じゃこの野菜ご飯		
10 ・ 24	水	昼	雑穀ご飯 鮭の野菜あんかけ 玉葱と油揚げの味噌汁	油揚げの野菜ご飯 魚の塩焼き 味噌汁	油揚げの野菜ご飯 魚の塩焼き 味噌汁		
		おやつ	ブルーベリージャムサンド・バナナスムージ	カリカリ坊や・豆乳	カリカリ坊や・豆乳		
11 ・ 25	木	昼	焼うどん スナップエンドウ	豚肉とキャベツの野菜ご飯 だし汁	豚肉とキャベツの野菜ご飯 だし汁		
		おやつ	豆乳芋ご飯	豆乳芋野菜ご飯	豆乳芋野菜ご飯		
12 ・ 26	金	昼	雑穀ご飯 肉じゃが 青菜の納豆和え 12日じゃが芋餅 26日ヤングコーン	肉じゃがの野菜ご飯 だし汁	肉じゃがの野菜ご飯 だし汁		
		おやつ	トマトご飯	トマトの野菜ご飯	トマトの野菜ご飯		
13 ・ 27	土	昼	カレーピラフ スパゲッティサラダ 豆腐としめじの味噌汁	カレーピラフリゾット スパゲッティサラダ 味噌汁	カレーピラフリゾット スパゲッティサラダ 味噌汁		
		おやつ	ゼリー・せんべい	ゼリー・せんべい	ゼリー・せんべい		
平均栄養価		3~5歳児		2歳児		1歳児	
		エネルギー	444 kcal	エネルギー	420 kcal	エネルギー	408 kcal
		たん白	17.0 g	たん白	14.8 g	たん白	14.3 g
		脂質	9.4 g	脂質	9.1 g	脂質	9.0 g
		炭水化物	76.5 g	炭水化物	72.6 g	炭水化物	70.3 g
		食塩	1.0 g	食塩	0.9 g	食塩	0.9 g

*1~2歳の栄養価には補食の午前おやつが含まれています。

*3~5歳の手作りおやつは太字で記しています。

*飲み物は通常、麦茶となります。3~5歳児には水曜日のおやつに牛乳がでます。