



# 令和8年 6月分献立表

新座市保育園

日	曜日	献立名			主な食品名			
		1, 2歳 午前おやつ	昼食	午後おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	
1	15	月	牛乳 ビスケット	ごはん スタミナソテー 粉ふきいも すまし汁	牛乳 洋風お好み焼	ビスケット, 胚芽精米, サラダ油, 片栗粉, じゃ がいも, 薄力粉, ホール コーン	牛乳, 豚こま肉, 木綿豆 腐, わかめ, 煮干し(だ し), スキムミルク, た まご, ベーコン, チーズ	玉ねぎ, ピーマン, 人 参, しょうが, にんに く, 長ねぎ, キャベツ
2	16	火	牛乳 せんべい	食パン タンドリーチキン フレンチサラダ トマトとたまごのスープ	鮭おにぎり ほうじ茶	せんべい, 食パン, サラ ダ油, 胚芽精米, 白いり ごま	牛乳, 鶏もも肉, ヨーグ ルト, ロースハム, たま ご, 煮干し(だし), 塩ざ け	玉ねぎ, しょうが, にん にく, キャベツ, きゅう り, 人参, 玉ねぎ, 小松 菜, トマト
3	17	水	牛乳 ビスケット	ごはん アジフライ ポイルキャベツ トマト 豚汁	牛乳 フランクフルト	ビスケット, 胚芽精米, 薄力粉, パン粉, サラダ 油, じゃがいも, 糸こんに ゃく	牛乳, 生あじ, 豚こま 肉, 木綿豆腐, 煮干し (だし), みそ, フランク	キャベツ, トマト, 大 根, 人参, ごぼう, 長ね ぎ
4	18	木	牛乳 せんべい	スパゲッティミートビーンズ モロっくいんげんとコーンのサ 小松菜のスープ	牛乳 きなこサンド	せんべい, スパゲッ ティ, サラダ油, ホール コーン, 食パン, マーガ リン, 三温糖	牛乳, 豚ひき肉, 水煮大 豆, 粉チーズ, ベーコ ン, 煮干し(だし), きな 粉	玉ねぎ, 人参, ピーマ ン, モロっこいんげん, キャベツ, 小松菜
5	19	金	みかんジュース チーズ	ごはん チキンカレー 和風ハムサラダ	ヨーグルト クラッカー	胚芽精米, じゃがいも, クリームコーン, 薄力 粉, バター, サラダ油, クラッカー	チーズ, 鶏こま肉, 牛 乳, わかめ, ロースハ ム, ヨーグルト	みかんジュース, 人参, 玉ねぎ, にんにく, しょ うが, えのき, キャベ ツ, きゅうり
6	20	土	牛乳 せんべい	チャーハン 人参スープ トマト	牛乳 まるパン ぶどう	せんべい, 胚芽精米, サ ラダ油, パン	牛乳, 焼豚, たまご, ベーコン, 煮干し(だ し), こんぶ(だし)	長ねぎ, 人参, 玉ねぎ, キャベツ, トマト, ぶどう(デリア7)
8	22	月	牛乳 せんべい	ごはん つくねバーグ しゃきしゃき野菜サラダ みそ汁	牛乳 コーン入りマフィン	せんべい, 胚芽精米, 片 栗粉, サラダ油, 三温 糖, バター, 薄力粉, ホールコーン	牛乳, 鶏ひき肉, 木綿豆 腐, 油揚げ, 煮干し(だ し), みそ, たまご	玉ねぎ, キャベツ, きゅ うり, 緑豆もやし, 人 参, 白菜, 長ねぎ, ほう れん草
9	23	火	牛乳 ビスケット	ごはん 豚肉のみそ焼き おかかあえ すまし汁	牛乳 チーズポテト	ビスケット, 胚芽精米, サラダ油, じゃがいも, マヨネーズタイプドレッシング	牛乳, 豚こま肉, みそ, 粉末かつお節, 木綿豆 腐, わかめ, 煮干し(だ し), ベーコン, 粉チー ズ	玉ねぎ, キャベツ, 小松 菜, 人参
10	24	水	ぶどうジュース チーズ	あんかけ焼きそば さつまいもの甘煮 トマト	牛乳 五平もち	蒸し中華めん, サラダ 油, 片栗粉, さつまい も, 三温糖, 胚芽精米, もち米, 白すりごま	チーズ, 豚こま肉, い か, 蒸しかまぼこ, 牛 乳, みそ	ぶどうジュース, 白菜, 緑豆もやし, 人参, 干し 椎茸, トマト
11	25	木	ヨーグルト	ごはん かじきの香味焼き 煮びたし けんちん汁	牛乳 揚げパン	胚芽精米, じゃがいも, 糸こんにゃく, 米粉0- ル, サラダ油, 三温糖	ヨーグルト, かじき, 油 揚げ, 煮干し(だし), 木 綿豆腐, 牛乳, きな粉	にんにく, しょうが, 小 松菜, ぶなしめじ, 人 参, ごぼう, 大根, 長ね ぎ
12	26	金	牛乳 せんべい	親子丼 酢のもの みそ汁	あじさいゼリー クラッカー	せんべい, 胚芽精米, 三 温糖, クラッカー	牛乳, 鶏こま肉, たま ご, 煮干し(だし), わか め, みそ, 粉寒天, カル ピス	玉ねぎ, ぶなしめじ, きゅうり, みかん缶, キャベツ, 小松菜, 長ね ぎ, ぶどうジュース
13	27	土	牛乳 せんべい	肉汁うどん スティックきゅうり トマト	牛乳 まるパン ぶどう	せんべい, うどん, 三温 糖, パン	牛乳, 豚バラ肉, 煮干し (だし), こんぶ(だし)	小松菜, 人参, 玉ねぎ, きゅうり, トマト, ぶど う(デリア7)
	29	月	牛乳 ビスケット	ごはん さばの塩焼き スティックごぼう トマト みそ汁	牛乳 ポテトもち	ビスケット, 胚芽精米, じゃがいも, 片栗粉, パ ター, 三温糖	牛乳, 塩さば, 油揚げ, 煮干し(だし), みそ	新ごぼう, トマト, キャ ベツ, 小松菜
	30	火	牛乳 せんべい	ごはん はるさめいため煮 かぶとキャベツのしそあえ すまし汁	牛乳 バターケーキ	せんべい, 胚芽精米, 普 通はるさめ, サラダ油, ごま油, 小町ふ, 薄力 粉, 三温糖, バター	牛乳, 豚こま肉, たま ご, 煮干し(だし)	干し椎茸, ゆでたけの こ, 人参, なら, かぶ, かぶ菜, キャベツ, しそ ふりかけ, 白菜, 小松菜
お誕生会			牛乳 せんべい	ビビンバ スティック野菜 トマト わかめスープ メロン	ヨーグルトあえ せんべい せんべい(幼児のみ)	せんべい, 胚芽精米, サ ラダ油, 三温糖, ごま 油, 白いりごま, せんべ い	牛乳, 鶏ひき肉, 豚ひき 肉, わかめ, 煮干し(だ し), ヨーグルト	長ねぎ, しょうが, にん にく, 緑豆もやし, 人 参, ほうれん草, きゅう り, トマト, 玉ねぎ, 干 し椎茸, メロン, りんご 缶, みかん缶

※都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。  
毎月19日は食育の日です。  
「早寝早起きみんなで毎日朝ごはん」をすすめています。  
まずは、簡単・手軽なもので毎日続けましょう。



月間平均栄養摂取量 ※日本食品標準成分表2020年版(八訂) に基づく栄養計算	1・2歳児		3歳児以上	
	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
	511	20.5	560	22.7