

令和8年 6月分 献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	未満児 0.1.2	以上児 3.4.5
		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 月	主食 肉うどん 副食 豆腐入り松風焼き 副食 塩昆布キャベツ 副食 果物 (バナナ)	うどん(ゆで)／三温糖／パン粉(乾燥)／三温糖／白ごま(いり)／ごま油／じゃがいも	牛乳／豚ばら(脂身付)／削り節(マルモト)／鶏若鶏肉ひき肉／しほり豆腐／フジッコの塩昆布	玉葱／にんじん／ねぎ／しょうが／キャベツ／きゅうり／バナナ	牛乳 ☆ゆでじゃがいも	16kcal	445 kcal	529 kcal
					牛乳	たんぱく質 20.6 g	脂質 19.4 g	食塩相当量 1.7 g
2 火	主食 若布ご飯(α米) 汁 味噌汁(なめこ) 副食 鶏唐揚げ 副食 ブロッコリーのおかか和え 副食 果物 (バナナ)	かたくり粉／サラダ油／食パン ⑧	牛乳／絹ごし豆腐／だしパック無添加だし／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／手もみ造り本かつお節／ツナフレークレトルト	なめこ／ブロッコリー／にんじん／バナナ／玉葱	牛乳 ☆ツナマヨトースト	16kcal	453 kcal	524 kcal
					牛乳	たんぱく質 22.9 g	脂質 18.9 g	食塩相当量 1.6 g
3 水	主食 五分づき米 汁 若布スープ 副食 八宝菜 副食 ひじきとツナの中華和え 副食 果物 (メロン) (0・1歳児 オレンジ)	水稲穀粒(半つき米)／強化米(サブリ米)／ごま(いり)／ごま油／かたくり粉／三温糖／薄力粉／無塩バター／グラニュー糖／メープルシロップ	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／豚小間／ロールいか／むきえび／干ひじき(スライス、乾)／ツナフレークレトルト／手もみ造り本かつお節	ねぎ／はくさい／にんじん／たけのこ(ゆで)／ごま(いり)／生しいたけ(菌床栽培、生)／キャベツ／メロン(露地)	飲むヨーグルト ☆スコーン	16kcal	478 kcal	541 kcal
					牛乳	たんぱく質 16.2 g	脂質 16.0 g	食塩相当量 1.5 g
4 木	主食 ドリア風ライス 汁 ジュリエンスープ 副食 豚しゃぶサラダ 副食 ゼリー	精白米／胚芽米／とうもろこし(冷凍)／薄力粉／有塩バター／サラダ油／ごま(いり)／三温糖／ごま油／オレンジゼリー／無塩バター／ホットケーキ	牛乳／鶏小間／ベーコン(無添加)／豚ロース(赤肉)／★たまご	にんじん／玉葱／だいこん／セロリー／りょうとうもやし／きゅうり／ごま(いり)／バナナ／レモン(果汁、生)	牛乳 ☆バナナパウンドケーキ	16kcal	522 kcal	579 kcal
					牛乳	たんぱく質 17.0 g	脂質 20.1 g	食塩相当量 1.3 g
5 金	主食 タコ飯 汁 味噌汁(えのき) 副食 鰻の南蛮漬け 副食 きゅうり華風和え 副食 果物(オレンジ)	精白米／胚芽米／三温糖／かたくり粉／サラダ油／ごま油／三温糖／ごま油／ホットケーキmix(昭和)	牛乳／まだこ／油揚げ／だしパック無添加だし／まあじ／きな粉(大豆)／スキムミルク／★調製豆乳／★たまご	しょうが／えのきたけ／玉葱／青ピーマン／にんじん／きゅうり／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆きな粉豆乳蒸しパン	16kcal	487 kcal	532 kcal
					牛乳	たんぱく質 27.4 g	脂質 15.6 g	食塩相当量 1.9 g
6 土	主食 ツナピラフ 汁 トマトスープ 副食 ハムサラダ 副食 果物 (バナナ)	精白米／強化米(サブリ米)／サラダ油／三温糖／ごま油／ホットケーキmix(森永)／有塩バター	牛乳／まぐろ缶詰(油漬)／ベーコン(無添加)／ハム(無添加)／スキムミルク	玉葱／トマト缶詰(ダイス)／キャベツ／ごま(いり)／きゅうり／ブロッコリー／にんじん／バナナ	牛乳 ☆ココア蒸しパン	16kcal	473 kcal	540 kcal
					牛乳	たんぱく質 16.2 g	脂質 17.6 g	食塩相当量 1.4 g
8 月	主食 親子丼 汁 味噌汁(舞茸) 副食 ごまドレッシングサラダ 副食 果物 (メロン) (0・1歳児 バナナ)	精白米／胚芽米／三温糖／とうもろこし缶詰(ホム)／白すり胡麻／じゃがいも／サラダ油／薄力粉	牛乳／鶏若鶏肉ひき肉／鶏小間／★たまご／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／だしパック無添加だし	玉葱／根みつば／まいたけ／ブロッコリー／キャベツ／きゅうり／にんじん／メロン(露地)	牛乳 ☆味噌ポテト	16kcal	482 kcal	554 kcal
					牛乳	たんぱく質 18.7 g	脂質 17.9 g	食塩相当量 1.6 g
9 火	主食 ごはん 汁 すまし汁(豆腐) 副食 鶏肉のみそ焼き 副食 お浸し 副食 果物 (バナナ)	精白米／強化米(サブリ米)／三温糖／メープルシロップ／ホットケーキmix(森永)／無塩バター	牛乳／木綿豆腐／だしパック無添加だし／日高昆布／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／手もみ造り本かつお節／★たまご／生クリーム	ごま(いり)／キャベツ／にんじん／ブロッコリー／もやし／バナナ	牛乳 ☆メープルカップケーキ	16kcal	470 kcal	580 kcal
					牛乳	たんぱく質 17.9 g	脂質 18.8 g	食塩相当量 1.1 g
10 水	主食 ジャージャーめん 汁 のこスープ 副食 蒸し鶏と野菜のゴマ酢和え 副食 果物(オレンジ)	中華めん(冷凍)／三温糖／ごま油／かたくり粉／白すり胡麻／コッペパン(大)／サラダ油／三温糖	牛乳／豚ひき肉／日高昆布／鶏若鶏肉さき身／きな粉(大豆)	きゅうり／玉葱／にんじん／えのきたけ／ほんしめじ／ブロッコリー／りょうとうもやし／ごま(いり)／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆揚げパン	16kcal	469 kcal	528 kcal
					牛乳	たんぱく質 22.5 g	脂質 16.6 g	食塩相当量 1.8 g
11 木	主食 五分づき米 汁 豚汁 副食 鯖のみそ煮 副食 ブロッコリーのおかか和え 副食 果物 (バナナ)	水稲穀粒(半つき米)／じゃがいも／三温糖／薄力粉／三温糖／サラダ油／かたくり粉／ごま油	牛乳／豚小間／だしパック無添加だし／まさば／手もみ造り本かつお節／スキムミルク／豚ひき肉	にんじん／だいこん／はくさい／ねぎ／ごぼう／しょうが／ブロッコリー／バナナ／たけのこ(ゆで)	麦茶 ☆豚肉のおやき	16kcal	441 kcal	554 kcal
					牛乳	たんぱく質 19.9 g	脂質 13.3 g	食塩相当量 1.4 g
12 金	主食 じゃこごはん 汁 味噌汁(あおさ) 副食 春巻き 副食 短冊サラダ 副食 果物(オレンジ)	精白米／味付き白ごま／春巻きの皮／薄力粉／ごま油／かたくり粉／サラダ油／三温糖／無塩バター／ホットケーキmix(昭和)	牛乳／ちりめんじゃこ／ひとえぐさ(素干し)／だしパック無添加だし／豚小間／のむのむヨーグルト／スキムミルク	玉葱／りょうとうもやし／たけのこ(ゆで)／にんじん／だいこん／きゅうり／パレンシアオレンジ	飲むヨーグルト ☆マーブルケーキ	16kcal	486 kcal	547 kcal
					牛乳	たんぱく質 17.4 g	脂質 14.7 g	食塩相当量 1.6 g
13 土	主食 焼肉丼 汁 味噌汁(小松菜) 副食 大根とかかのサラダ 副食 ゼリー	精白米／三温糖／サラダ油／ごま油／オレンジゼリー／ホットケーキmix(昭和)／メープルシロップ	牛乳／豚ロース(スライス)／油揚げ／だしパック無添加だし／カニカマ卵なし／スキムミルク	玉葱／にんじん／ごま(いり)／だいこん／にんじん／ブロッコリー／もやし／きゅうり	牛乳 ☆ホットケーキ	16kcal	501 kcal	552 kcal
					牛乳	たんぱく質 20.7 g	脂質 15.6 g	食塩相当量 1.6 g
15 月	主食 スパゲティナーポリタン 汁 コーンとひき肉のスープ 副食 ブロッコリーサラダ 副食 果物 (バナナ)	スパゲティ／サラダ油／とうもろこし缶詰(ホム)／ごま油／味付き白ごま	牛乳／ウィンナー(無添加)／鶏若鶏肉ひき肉／まぐろ缶詰(油漬)／ちりめんじゃこ	にんじん／青ピーマン／玉葱／ブロッコリー／きゅうり／キャベツ／バナナ／ごま(いり)	麦茶 ☆じゃこおにぎり	16kcal	452 kcal	511 kcal
					牛乳	たんぱく質 15.6 g	脂質 14.8 g	食塩相当量 1.6 g

令和8年 6月分 献立表

かすみ台第二保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	未満児 0.1.2	以上児 3.4.5
		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				
16 火	主食 ごはん 汁 味噌汁(豆腐) 副食 焼さけ 副食 ごま和え 副食 ヨーグルト	精白米／強化米(サブリ米)／白すり胡麻／三温糖／食パン ⑥／無塩バター／三温糖	牛乳／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／生鮭／おなかにおいしいヨーグルト／★たまご／スキムミルク	ごま(いり)／にんじん／ブロッコリー／もやし	牛乳 ☆フレンチトースト	16kcal	456 kcal	521 kcal
					牛乳	たんぱく質 24.7 g	脂質 15.2 g	食塩相当量 1.6 g
17 水	主食 磯うどん 汁 カニカマの天ぷら 副食 ささみサラダ 副食 果物 (バナナ)	うどん(ゆで・玉)／三温糖／薄力粉／サラダ油／ごま(いり)／三温糖／ホットケーキmix(昭和)	牛乳／だしパック無添加だし／日高昆布／豚ばら(脂身付)／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／カニカマスティック10本／鶏若鶏肉さき身／エダマメチーズ／本鮭	にんじん／玉葱／ブロッコリー／キャベツ／きゅうり／バナナ	牛乳 ☆もちもちチーズ (0・1・2歳児 豆腐チーズパン)	16kcal	499 kcal	555 kcal
					牛乳	たんぱく質 22.9 g	脂質 20.1 g	食塩相当量 2.2 g
18 木	主食 ごはん 汁 味噌汁(じゃが芋) 副食 肉豆腐 副食 じゃこと青菜の煮びたし 副食 果物(オレンジ)	精白米／強化米(サブリ米)／じゃがいも／しらたき／三温糖／三温糖／薄力粉／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／だしパック無添加だし／豚小間／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／カニカマスティック10本／鶏若鶏肉さき身／エダマメチーズ／本鮭	玉葱／にんじん／はくさい／ねぎ／ごま(いり)／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆手作りクッキー	16kcal	506 kcal	570 kcal
					牛乳	たんぱく質 19.8 g	脂質 18.4 g	食塩相当量 1.4 g
19 金	主食 チャーハン 汁 わかめと春雨のスープ 副食 中華風肉団子 副食 果物 (メロン) (0・1歳児 バナナ)	精白米／胚芽米／ごま油／緑豆はるさめ／パン粉(乾燥)／三温糖／かたくり粉／パイシート／じゃがいも	牛乳／焼き豚／カニカマ卵なし／★たまご／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／日高昆布／豚ひき肉／スキムミルク／ハム(無添加)	ごねぎ／玉葱／にんじん／しょうが／メロン(露地)	牛乳 ☆ハムポテトパイ	16kcal	518 kcal	561 kcal
					牛乳	たんぱく質 21.1 g	脂質 25.2 g	食塩相当量 1.9 g
20 土	主食 豚丼 汁 味噌汁(キャベツ) 副食 もやしナムル 副食 果物 (バナナ)	精白米／三温糖／ごま(いり)／ごま油／三温糖／ホットケーキmix(森永)	牛乳／豚ばら(脂身付)／豚小間／油揚げ／だしパック無添加だし／カニカマ卵なし	玉葱／しょうが／キャベツ／ブロッコリー／もやし／きゅうり／バナナ／日本かぼちゃ	牛乳 ☆パンブキン蒸しパン	16kcal	505 kcal	592 kcal
					牛乳	たんぱく質 20.1 g	脂質 16.9 g	食塩相当量 1.8 g
22 月	主食 ごはん 汁 味噌汁(もやし) 副食 はんぺんフライ 副食 ひじきの和え 副食 果物(オレンジ)	精白米／強化米(サブリ米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／三温糖／とうもろこし缶詰(ホム)／ごま(いり)／お好み焼き粉	牛乳／油揚げ／削り節(マルモト)／★はんぺん(卵・大)／干ひじき(スライス、乾)／だしパック無添加だし／ハム(無添加)／手もみ造り本かつお節	りょうとうもやし／玉葱／にんじん／ほうれんそう／パレンシアオレンジ／キャベツ／長ねぎ	牛乳 ☆お好み焼き	16kcal	484 kcal	518 kcal
					牛乳	たんぱく質 21.5 g	脂質 18.1 g	食塩相当量 1.6 g
23 火	主食 ごはん 汁 中華風かき玉スープ 副食 ブルゴ風 副食 チョレギ風サラダ 副食 果物 (メロン) (0・1歳児 オレンジ)	精白米／強化米(サブリ米)／かたくり粉／ごま油／三温糖／三温糖／ごま(乾)／インスタントマカロニ	牛乳／鶏小間／ハム(無添加)／韓国り／きな粉(大豆)	ごま(いり)／にんじん／ほうれんそう／パレンシアオレンジ／キャベツ／きゅうり／メロン(露地)	牛乳 ☆マカロニきな粉	16kcal	480 kcal	545 kcal
					牛乳	たんぱく質 22.9 g	脂質 19.4 g	食塩相当量 1.6 g
24 水	主食 冷やし中華 汁 珍珠丸子 副食 果物 (バナナ)	中華めん(冷凍)／三温糖／ごま油／もち米／三温糖／メープルシロップ／ホットケーキmix(森永)／無塩バター	牛乳／焼き豚／★たまご／豚ひき肉／生クリーム／スキムミルク	きゅうり／ブロッコリー／もやし／トマト／玉葱／たけのこ(ゆで)／しょうが／バナナ	牛乳 ☆メープルカップケーキ	16kcal	505 kcal	579 kcal
					牛乳	たんぱく質 20.5 g	脂質 19.0 g	食塩相当量 1.6 g
25 木	主食 ミルクロール 汁 オニオンスープ 副食 ポークビーンズ 副食 マカロニサラダ 副食 ヨーグルト	ミルクロール／無塩バター／じゃがいも／三温糖／インスタントマカロニ／精白米	牛乳／豚小間／大豆(国産、ゆで)／ハム(無添加)／おなかにおいしいヨーグルト	玉葱／セロリー／にんじん／トマト缶詰(ダイス)／トマトピューレ／きゅうり	麦茶 ☆塩むすび	16kcal	484 kcal	545 kcal
					牛乳	たんぱく質 18.9 g	脂質 17.2 g	食塩相当量 2.0 g
26 金	主食 梅ごはん 汁 味噌汁(厚揚げ) 副食 ひれカツ 副食 コールスローサラダ 副食 果物 (メロン) (0・1歳児 オレンジ)	精白米／味付き白ごま／薄力粉／サラダ油／とうもろこし缶詰(ホム)／三温糖	牛乳／ちりめんじゃこ／生揚げ／だしパック無添加だし／豚ひき肉／★(チヨ)プリンミックスリ／牛乳／アイス／ホットクリーム	紀州梅 B／ごま(いり)／キャベツ／にんじん／玉葱／きゅうり／メロン(露地)／もも缶詰(中)	牛乳 ☆手作りプリン	16kcal	468 kcal	526 kcal
					牛乳	たんぱく質 22.8 g	脂質 15.4 g	食塩相当量 1.5 g
27 土	主食 トマト豆乳スパ 汁 チキンスープ 副食 じゃこサラダ 副食 果物 (バナナ)	スパゲティ／サラダ油／とうもろこし缶詰(ホム)／精白米	牛乳／★調製豆乳／ベーコン(無添加)／鶏小間／ちりめんじゃこ／手もみ造り本かつお節	玉葱／にんじん／ごま(いり)／きゅうり／ブロッコリー／キャベツ／バナナ	麦茶 ☆おかかおにぎり	16kcal	457 kcal	519 kcal
					牛乳	たんぱく質 16.2 g	脂質 13.7 g	食塩相当量 1.5 g
29 月	主食 カレーライス 汁 若布と玉葱スープ 副食 ツナサラダ 副食 ゼリー	精白米／胚芽米／じゃがいも／サラダ油／三温糖／グレーゼリー／食パン ⑧／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／豚小間／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ツナフレークレトルト	玉葱／にんじん／ねぎ／きゅうり／キャベツ	牛乳 ☆シュガートースト	16kcal	461 kcal	526 kcal
					牛乳	たんぱく質 17.0 g	脂質 15.7 g	食塩相当量 1.3 g
30 火	主食 ごはん 汁 春雨スープ 副食 マーボー豆腐 副食 ひじきサラダ 副食 果物 (バナナ)	精白米／強化米(サブリ米)／緑豆はるさめ／ごま油／サラダ油／三温糖／かたくり粉／三温糖／ホットケーキmix(森永)	牛乳／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／日高昆布／しほり豆腐／豚ひき肉／干ひじき(スライス、乾)／しらたき／スキムミルク	玉葱／生しいたけ(菌床栽培、生)／葉ねぎ／にんじん／しょうが／おろし／にんじん(チューブ)／にんじん／きゅうり／バナナ	牛乳 ☆人参蒸しパン	16kcal	481 kcal	552 kcal
					牛乳	たんぱく質 18.7 g	脂質 16.4 g	食塩相当量 1.7 g

(★印はアレルギー除去対象食品です)  
食材の都合で献立内容を変更する場合があります。  
☆は手作りおやつです。  
3歳より上のクラスは朝のおやつはありません。

月平均栄養価	未満児	以上児
16kcal	479 kcal	545 kcal
たんぱく質	20 g	22.2 g
脂質	17.3 g	18.3 g
食塩相当量	1.6 g	1.9 g