

令和 8年 6月

# 給食献立予定表

年間目標：一口目は野菜から食べよう  
あしきた・まちのこども園 ☺

日	曜	朝のおやつ		昼 食				午後のおやつ
				主食(黄)	主菜(赤)	副菜(緑)	汁(白)	
1	月	人参スティック	麦飯	五分づきご飯	ハヤシライス	りんご	丸麦スープ	ブルーベリーケーキ
2	火	南瓜のおかか煮	麦飯	もちきび五分づきご飯	シュウマイ	ナムル	卵スープ	カリカリポテト
3	水	きな粉サンド	麦飯	五分づきご飯	白身魚のピカタ	ブロッコリーのチーズ和え	小松菜の味噌汁	枝豆とコーン
4	木	さつま芋のレモン煮	麦飯	雑穀五分づきご飯	絹揚げのカレー煮	切干大根の和え物	豚汁	南瓜スコーン
5	金	ブロッコリー	麦飯	五分づきご飯	鶏つくねの梅ダレ	五目金平	オクラの味噌汁	ビール風ゼリー
6	土	スタミナ焼肉丼						
8	月	もも	麦飯	五分づきご飯	ビビンバ	ヨーグルト	ワカメのスープ	大豆のカリじゃこ
9	火	南瓜のおかか煮	麦飯	黒米五分づきご飯	鶏のさっぱり煮	そら豆のポテトサラダ	キャベツの味噌汁	バナナ
10	水	ミルクパンケーキ	麦飯	五分づきご飯	魚のプチプチごま焼き	卵の花	塩麴汁	数字クッキー
11	木	人参スティック	麦飯	雑穀五分づきご飯	スパニッシュオムレツ	きのこサラダ	シチュー	お好み焼き
12	金	粉ふきいも	麦飯	五分づきご飯	高野豆腐のオランダ煮	ひじきの和え物	とうもろこしの味噌汁	あじさいゼリー
13	土	0.1.2 保育参観						
15	月	みかん	麦飯	五分づきご飯	豆カレー	マカロニサラダ	あおさのすまし	卵サンド
16	火	人参スティック	麦飯	赤米五分づきご飯	筑前煮	磯和え	ナスの味噌汁	信玄餅風
17	水	きな粉パンケーキ	麦飯	五分づきご飯	ちゃんぽん	ワカメの酢の物	りんご	焼きウモロコシ
18	木	きんとん	麦飯	雑穀五分づきご飯	ハンバーグ	美ひじき	豆腐の味噌汁	フルーツヨーグルト
19	金	ブロッコリー	麦飯	五分づきご飯	太刀魚の磯部揚げ	カリカリ梅和え	うずみ	みかんジャムのカップケーキ
20	土	きのこと豚の甘辛丼						
22	月	パイン	麦飯	五分づきご飯	麻婆丼	ヨーグルト	もやしとゴマのスープ	じゃがりこ風
23	火	人参スティック	麦飯	もちきび五分づきご飯	干草焼き	カミカミサラダ	豆乳みそ汁	バナナケーキ
24	水	ジャムサンド	麦飯	五分づきご飯	チリコンカンズ	ピーマンときのこのソテー	ミルクスープ	高菜と卵
25	木	ブロッコリー	麦飯	雑穀五分づきご飯	鮭の塩焼き	きゅうりとささみのゴマ和え	そうめん味噌汁	ポップコーン
26	金	バナナ	ワクワク給食  タンドリーチキン・パスタサラダ・コーンスープ・鮭おにぎり・リンゴゼリー					チョコパフェ
27	土	鶏とナスの天かす丼						
29	月	マカロニきな粉	麦飯	五分づきご飯	ひじき丼	りんご	長いものフワフワ汁	じゃこピザ
30	火	人参スティック	麦飯	黒米五分づきご飯	鶏のコーンフレーク焼き	ココロサラダ	大豆スープ	ドーナツ

※ 都合により、献立を変更する場合があります



牛乳 毎日手作りおやつ



6～10月 は、お弁当の日はありません。  
26日(金) はワクワク給食の日です。



## ★ 6月の目標 ★ 《歯を大切にしよう》

梅雨の時期に入りました。雨に濡れたアジサイが  
とてもきれいに輝いて見えますね。  
雨が続き、気持ちがふさぎ込みがちです。  
雨の日でも、心の中はキラキラ お日さまにして ☺  
楽しく過ごせる方法を考えてみましょう。  
また、梅雨の時期は気温差が激しいので、衣服も調整  
しながら毎日を快適に過ごしましょう。

### 歯の大切さ知ってる？

歯には、食べ物を噛み砕く以外にも、  
発声・発音を助ける、顔の形を整え  
表情を作る役割があります。  
美味しく食事をしたり、家族や友達  
とのコミュニケーションを楽しむに  
も、歯は大切ですね。☺



### 献立の紹介

19(金)の給食は、『和歌山県』の郷土料理です。  
主菜… 全国でも有数のタチウオの産地であり、有田市の  
箕島漁港はその漁港高全国ナンバー1。  
地元では「たっちょ」と呼ばれています。  
副菜… 梅と言えば紀州と連想させる程和歌山県は有名。  
南高梅等の優秀な品種が生まれています。  
カリカリ梅は、5月収穫の未熟青梅を使用し、シャキ  
シャキとした食感が特徴の逸品です。  
お汁… 椎茸や昆布の出汁に豆腐や具材を入れ、その下  
ご飯を埋(うず)めた料理のことです。  
おやつ… 有田ミカンが有名で、果汁で作るジャムも大人気！  
ミカンジャムの爽やかな酸味と、ケーキの甘さが  
お口いっぱい広がる ☺  
しっとりふわふわのカップケーキです。

