

令和8年 6月給食だより たけやまの森保育園



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	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	せんべい 牛乳 七分づき米	焼肉 茹で野菜 きつねスープ 果物(メロン)	枝豆 せんべい 牛乳	豚肉 油揚げ 牛乳	砂糖 油 せんべい	にんにく、生姜、玉葱 キャベツ、人参、ピーマン 青菜、えのきたけ、枝豆
2	火	クッキー 牛乳 七分づき米	チキンカレー ごまサラダ 果物(りんご)	フルーツ寒天 お茶	鶏肉、牛乳 スキムミルク ハム	油、はちみつ バター、小麦粉 白ごま、砂糖 じゃがいも	玉葱、人参、にんにく、生姜 りんご、ピーマン、キャベツ きゅうり、粉寒天、メロン
3	水	クラッカー お茶 七分づき米	厚焼卵 磯香和え 味噌汁 果物(メロン)	米粉の いちご蒸しパン 牛乳	鶏挽肉、卵 絹豆腐、味噌 無調整豆乳 牛乳	砂糖、油 米粉 いちごジャム	人参、玉葱、キャベツ 青菜、きざみのり、大根 しめじ、万能葱
4	木	ウエハース お茶 七分づき米	魚の竜田揚げ 酢の物 味噌汁 果物(りんご)	カルシウム クラッカー 牛乳	魚、味噌 スキムミルク 粉チーズ 牛乳	片栗粉、油 砂糖、白ごま 小麦粉	生姜、もやし、きゅうり 人参、キャベツ、わかめ 万能葱
5	金	チーズ お茶 七分づき米	チキンチキンごぼう 茹でいんげん けんちょう汁 果物(メロン)	わかめむすび 牛乳	鶏肉 絹豆腐 牛乳	片栗粉、油 砂糖 七分づき米	ごぼう、いんげん 大根、人参、わかめ
6	土	クラッカー 牛乳 七分づき米	鶏肉のうま塩煮 味噌汁 果物(りんご)	パン ヨーグルト お茶	鶏肉 絹豆腐、味噌 ヨーグルト	油 パン	キャベツ、人参、しめじ いんげん、青菜
8	月	クッキー お茶 七分づき米	ポークソテー ちくわフレンチサラダ 味噌汁 果物(メロン)	水ようかん せんべい 牛乳	豚肉、ちくわ 油揚げ、味噌 牛乳	油、砂糖 こしあん せんべい	キャベツ、きゅうり、人参 玉葱、絹さや、粉寒天
9	火	クラッカー 牛乳 食パン	レバーのマリアナソース 温野菜 わかめスープ 果物(りんご)	きんぴら チーズごはん お茶	豚レバー チーズ 牛乳	片栗粉、油 じゃがいも 砂糖 七分づき米	生姜、ブロッコリー、人参 キャベツ、わかめ、もやし 長葱、ごぼう
10	水	せんべい お茶 七分づき米	魚の味噌煮 青菜の胡麻和え すまし汁 果物(メロン)	レモンケーキ 牛乳	魚、味噌 麩、卵 牛乳	砂糖、白ごま 小麦粉、油	生姜、青菜、キャベツ 人参、えのきたけ、万能葱 レモン汁
11	木	煮干し お茶 七分づき米	五目ラーメン 凍り豆腐とひじきの含め煮 果物(りんご)	豆腐のパンケーキ 牛乳	豚肉、なると 凍り豆腐 無調整豆乳 牛乳、絹豆腐	中華めん、油 砂糖、米粉 メープルシロップ	青菜、人参、エリンギ コーンホール缶、長葱 ひじき、いんげん
12	金	クラッカー 牛乳 七分づき米	豆腐の野菜あんかけ 味噌汁 果物(メロン)	パン 牛乳	絹豆腐 鶏挽肉 味噌 牛乳	砂糖 片栗粉 パン	昆布、人参、いんげん えのきたけ、かぼちゃ 青菜
13	土	クッキー 牛乳 七分づき米	ビビンバ 味噌汁 果物(りんご)	メロン せんべい お茶	豚挽肉 味噌	油、砂糖 白ごま、ごま油 じゃがいも せんべい	長葱、生姜、人参 青菜、もやし 玉葱、わかめ、メロン
15	月	せんべい 牛乳 七分づき米	焼肉 茹で野菜 きつねスープ 果物(メロン)	枝豆 せんべい 牛乳	豚肉 油揚げ 牛乳	砂糖 油 せんべい	にんにく、生姜、玉葱 キャベツ、人参、ピーマン 青菜、えのきたけ、枝豆
16	火	クッキー 牛乳 七分づき米	チキンカレー ごまサラダ 果物(りんご)	フルーツ寒天 お茶	鶏肉、牛乳 スキムミルク ハム	油、はちみつ バター、小麦粉 白ごま、砂糖 じゃがいも	玉葱、人参、にんにく、生姜 りんご、ピーマン、キャベツ きゅうり、粉寒天、メロン
17	水	クラッカー お茶 七分づき米	厚焼卵 磯香和え 味噌汁 果物(メロン)	米粉の いちご蒸しパン 牛乳	鶏挽肉、卵 絹豆腐、味噌 無調整豆乳 牛乳	砂糖、油 米粉 いちごジャム	人参、玉葱、キャベツ 青菜、きざみのり、大根 しめじ、万能葱
18	木	ウエハース お茶 七分づき米	魚の竜田揚げ 酢の物 味噌汁 果物(りんご)	カルシウム クラッカー 牛乳	魚、味噌 スキムミルク 粉チーズ 牛乳	片栗粉、油 砂糖、白ごま 小麦粉	生姜、もやし、きゅうり 人参、キャベツ、わかめ 万能葱
19	金	チーズ お茶 七分づき米	チキンチキンごぼう 茹でいんげん けんちょう汁 果物(メロン)	わかめむすび 牛乳	鶏肉 絹豆腐 牛乳	片栗粉、油 砂糖 七分づき米	ごぼう、いんげん 大根、人参、わかめ

令和8年 6月給食だより たけやまの森保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ	赤 血や肉になる	黄 熱や力となる	緑 調子をとのえる
20	土	クラッカー 牛乳 七分づき米	鶏肉のうま塩煮 味噌汁 果物(りんご)	パン ヨーグルト お茶	鶏肉 絹豆腐、味噌 ヨーグルト	油 パン	キャベツ、人参、しめじ いんげん、青菜
22	月	クッキー お茶 七分づき米	ポークソテー ちくわフレンチサラダ 味噌汁 果物(メロン)	水ようかん せんべい 牛乳	豚肉、ちくわ 油揚げ、味噌 牛乳	油、砂糖 こしあん せんべい	キャベツ、きゅうり、人参 玉葱、絹さや、粉寒天
23	火	クラッカー 牛乳 食パン	レバーのマリアソース 温野菜 わかめスープ 果物(りんご)	きんぴら チーズごはん お茶	豚レバー チーズ 牛乳	片栗粉、油 じゃがいも 砂糖 七分づき米	生姜、ブロッコリー、人参 キャベツ、わかめ、もやし 長葱、ごぼう りんご
24	水	せんべい お茶 七分づき米	魚の味噌煮 青菜の胡麻和え すまし汁 果物(メロン)	レモンケーキ 牛乳	魚、味噌 麩、卵 牛乳	砂糖、白ごま 小麦粉、油	生姜、青菜、キャベツ 人参、えのきたけ、万能葱 レモン汁
25	木	煮干し お茶 七分づき米	五目ラーメン 凍り豆腐とひじきの含め煮 果物(りんご)	豆腐のパンケーキ 牛乳	豚肉、なると 凍り豆腐 無調整豆乳 牛乳、絹豆腐	中華めん、油 砂糖、米粉 メープルシロップ	青菜、人参、エリンギ コーンホール缶、長葱 ひじき、いんげん
26	金	クラッカー 牛乳 七分づき米	豆腐の野菜あんかけ 味噌汁 果物(メロン)	パン 牛乳	絹豆腐 鶏挽肉 味噌 牛乳	砂糖 片栗粉 パン	昆布、人参、いんげん えのきたけ、かぼちゃ 青菜
27	土	クッキー 牛乳 七分づき米	ビビンバ 味噌汁 果物(りんご)	メロン せんべい お茶	豚挽肉 味噌	油、砂糖 白ごま、ごま油 じゃがいも せんべい	長葱、生姜、人参 青菜、もやし 玉葱、わかめ、メロン
29	月	せんべい 牛乳 七分づき米	鶏肉の南蛮炒め 味噌汁 果物(メロン)	フルーツ入り コーンフレーク 牛乳	鶏肉 味噌 牛乳	小麦粉、油 砂糖、じゃがいも コーンフレーク	玉葱、パプリカ、人参 いんげん、青菜 バナナ、黄桃缶
30	火	クッキー 牛乳 七分づき米	ハヤシチュー 春雨のさっぱり和え 果物(りんご)	紫陽花ゼリー 牛乳	豚肉 ツナ缶 無調整豆乳 牛乳	じゃがいも、油 砂糖、白ごま 春雨 ぶどう果汁	人参、玉葱、きゅうり グリーンピース、にんにく 粉寒天

※ 野菜は安全を考慮し、加熱処理をしております。
 ※ 献立は都合により、変更することがあります。

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩
月～土曜日	kcal	g	g	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g
幼児	610	24	16.8	245	3	210	0.49	0.47	29	1.8
乳児	507	20.9	15.7	260	2.2	192	0.41	0.42	26	1.5

※午前おやつは乳児クラスのみです。              

園生活にも慣れ、朝の登園時間も笑顔が見られるようになってきました。子どもたちが落ち着き始めるこの時期、食事のマナーについても意識して食事を進められたらと思っています。背中を丸め、テーブルの上の食器に口を寄せて食べる「犬食い」は、片手で食べることが原因です。まだ上手にスプーンなどの食具が使えない時期には、食べ物を口元に運んでくるのは大変で、つい口で迎えに行ってしまうがちです。ご家庭でも軽くて持ちやすい食器を用意し、お茶碗やおわんを持って食べるようにしましょう。

夏野菜の種まき、苗植えをしました！

今年はきゅうり、オクラ、トマト、なす、ピーマン、かぼちゃ、ゴーヤ、いんげん、すいか、とうもろこし、ひまわりを育てます。生長を楽しみにお世話をしていきたいと思っています。

裏の畑ではさつまいもを育てます。収穫したら、みんなでクッキングをしたいと計画中です。子どもたちの元気なパワーを受け、たくさん収穫ができるといいなと思っています。



今月のメニュー紹介

チキンチキンごぼう

山口県の学校給食から広まったメニューで、山口県のソウルフード！鶏のから揚げと、素揚げのごぼうを甘辛いたれでからめたご飯に合う一品だそうです。お子さんも、いっぱい食べてくれそうなメニューですね。

わかめむすび

山口県の名産であるワカメを使ったおむすびです。本来は乾いたワカメを細かく刻み、おむすびにまとわせて作りますが、給食では、しょうゆ、みりんなどで味付けをしたワカメをごはんに混ぜ込み、おむすびにして提供します。

けんちょう汁

豆腐、人参、大根を煮たシンプルな家庭料理。本来は煮物として食べられていますが、給食では汁物として提供します。

給食の献立は熊本の栄養士さんが作っています。
毎月、献立にある郷土料理や新メニューなどを紹介していきたいと思ます。