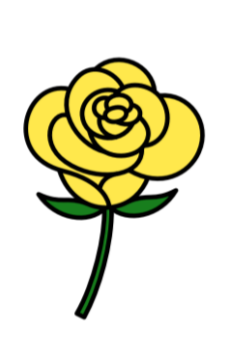



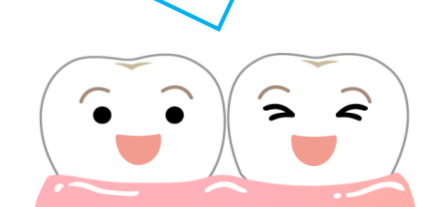





2026年6月 予定献立表

福音幼稚園

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)
ごはん みそしる 木綿豆腐、わかめ、たまねぎ まいたけ、みそ、だし	ごはん みそしる キャベツ、にんじん、油揚げ わかめ、みそ、だし	ごはん チキンナゲット 鶏むね、木綿豆腐、かたくり粉 マヨネーズ、こしょう、塩 ガーリックパウダー、油	三色丼 ごはん、鶏むね、鶏もも、にんじん しめじ、いんげん、しょうゆ、だし 砂糖、みりん、塩、みそ、油	ごはん みそしる 木綿豆腐、まいたけ、ねぎ みそ、だし
さばの味噌煮 さば、みそ、砂糖、みりん しょうゆ、ケチャップ、しょうが	豚ロース団子の甘酢ソテー 豚ロース、塩、こしょう、かたくり粉 れんこん、しめじ、酢、みりん しょうゆ、砂糖、油	かぼちゃのバターしょうゆ焼き かぼちゃ、えだまめ、バター しょうゆ、油	みそしる 切干しだいこん、とうみょう、えのき みそ、だし	肉じゃが 豚かたロース、にんじん、たまねぎ しらたき、じゃがいも 砂糖、しょうゆ、だし、油
にんじんしりしり にんじん、ツナ、ごま、みりん 白だし、しょうゆ	コールスローサラダ ハム、キャベツ、にんじん コーン、マヨネーズ、酢、砂糖	ぶどう	春雨サラダ はるさめ、にんじん、コーン 酢、しょうゆ、砂糖、塩	きゅうりとちくわのナムル きゅうり、ちくわ、わかめ ごま、ごま油、しょうゆ、鶏がら ガーリックパウダー、レモン汁
りんご	アメリカンチェリー			
134kcal たんぱく質 396 kcal 脂質 15.9 g 炭水化物 14.3 g 食塩相当量 56.9 g 1.5 g	134kcal たんぱく質 426 kcal 脂質 16.9 g 炭水化物 16.1 g 食塩相当量 56.3 g 1.6 g	134kcal たんぱく質 392 kcal 脂質 15.9 g 炭水化物 12.5 g 食塩相当量 57 g 0.4 g	134kcal たんぱく質 387 kcal 脂質 16.6 g 炭水化物 9.2 g 食塩相当量 61.9 g 1.7 g	134kcal たんぱく質 394 kcal 脂質 15.6 g 炭水化物 12.4 g 食塩相当量 58.5 g 1.6 g
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
ごはん みそしる 大根、厚揚げ、みずな みそ、だし	ごはん みそしる 豚ばら、はくさい、ごぼう みそ、だし、	ごはん ポークピカタ 豚ロース、塩、こしょう、小麦粉 油、卵、ケチャップ	ごはん みそしる 木綿豆腐、みずな、しいたけ みそ、だし	ごはん みそしる わかめ、たまねぎ、まいたけ みそ、だし
鮭のバターしょうゆ焼き さけ、塩、小麦粉、しょうゆ バター、しめじ、たまねぎ	鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも、みそ、しょうゆ、砂糖 みりん、ごま、油	小松菜と切り干し大根の和え物 こまつな、切り干し大根 にんじん、ごま、ごま油、しょうゆ 鶏がら	豚肉と大根のみそ炒め 豚かたロース、大根、まいたけ しめじ、いんげん、にんじん、だし みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、油	アジフライの野菜あんかけ あじ、もやし、えのき、にんじん えだまめ、だし、しょうゆ 酢、砂糖、かたくり粉、塩、パン粉 小麦粉、油
そら豆のホクホクサラダ そらまめ、じゃがいも、コーン マヨネーズ、塩	ひじき炒め ひじき、にんじん、油揚げ、ごま油 だし、しょうゆ、みりん、砂糖	りんご	ちくわときゅうりの甘酢和え ちくわ、きゅうり、わかめ 酢、しょうゆ、砂糖、塩	オクラときゅうりの白だし和え オクラ、きゅうり、にんじん キャベツ、白だし、しょうゆ
ぶどう	アメリカンチェリー			
134kcal たんぱく質 419 kcal 脂質 15.3 g 炭水化物 15.6 g 食塩相当量 58.4 g 1.5 g	134kcal たんぱく質 412 kcal 脂質 15.4 g 炭水化物 15.1 g 食塩相当量 57.1 g 1.5 g	134kcal たんぱく質 423 kcal 脂質 16.2 g 炭水化物 11.9 g 食塩相当量 65 g 1 g	134kcal たんぱく質 387 kcal 脂質 16.4 g 炭水化物 10.5 g 食塩相当量 58.6 g 1.7 g	134kcal たんぱく質 377 kcal 脂質 14.4 g 炭水化物 7.9 g 食塩相当量 63.9 g 1.4 g
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
休園 	ごはん みそしる じゃがいも、油揚げ、ちんげんさい みそ、だし	ごはん ミートローフ 豚ひき肉、たまねぎ、油、パン粉、塩 にんじん、コーン、ケチャップ	ポークカレー ごはん、豚かたロース、鶏ひき肉 にんじん、じゃがいも、たまねぎ カレー粉、油、鶏がら	五目うどん うどん、豚ばら、もやし、にんじん ちんげんさい、かまぼこ、だし 鶏がら、塩、しょうゆ
	ツナ入り卵焼き 卵、ツナ、白だし、砂糖 油	キャベツとブロッコリーのサラダ キャベツ、ブロッコリー、にんじん ブロッコリー、砂糖、酢、しょうゆ 油	りんごサラダ りんご、レタス、きゅうり りんごドレッシング、塩、レモン汁	ちくわの磯部揚げ ちくわ、あおさ、てんぷら粉 油
	チャプチェ 豚もも、はるさめ、ピーマン にんじん、たまねぎ、ごま、にんにく 砂糖、みりん、ごま油、しょうゆ だし、塩、油	ぶどう	ゼリー	バナナ
	りんご			
	134kcal たんぱく質 420 kcal 脂質 18.9 g 炭水化物 11.9 g 食塩相当量 62.6 g 1.3 g	134kcal たんぱく質 399 kcal 脂質 14.1 g 炭水化物 10.2 g 食塩相当量 67.9 g 0.6 g	134kcal たんぱく質 410 kcal 脂質 12.5 g 炭水化物 10.8 g 食塩相当量 71 g 0.9 g	134kcal たんぱく質 409 kcal 脂質 11.8 g 炭水化物 8.8 g 食塩相当量 73.4 g 2.3 g
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
みそしる 油揚げ、にんじん、切り干し大根 みそ、だし	ベーコンエッグサンド コッパン、鶏卵、ベーコン 油、ケチャップ	ごはん から揚げ 鶏もも、しょうゆ、しょうが にんにく、かたくり粉、小麦粉 油	ごはん さわらのカレー風味焼き さわら、小麦粉、塩、みりん カレー粉、油	ごはん 豚肉と厚揚げの中華風煮 豚かたロース、厚揚げ、ピーマン にんじん、たまねぎ、しめじ しょうゆ、砂糖、みりん、鶏がら 塩、ごま油
にこにこ弁当 	コンソメスープ ウインナー、たまねぎ、えだまめ コーン、にんじん、えりんぎ コンソメ、鶏がら	青菜の炒め煮 こまつな、にんじん、油揚げ 油、だし、しょうゆ、みりん、砂糖	もやしの三杯酢 もやし、きゅうり、にんじん 砂糖、酢、しょうゆ	ほうれん草と海苔のサラダ ほうれん草、にんじん、コーン のり、しょうゆ、酢、砂糖、油
	そら豆のホクホクサラダ そらまめ、じゃがいも、コーン マヨネーズ、塩	アメリカンチェリー	ぶどう	アメリカンチェリー
	ぶどう			
	134kcal たんぱく質 34 kcal 脂質 2.9 g 炭水化物 1.6 g 食塩相当量 3.7 g 0.8 g	134kcal たんぱく質 398 kcal 脂質 17.1 g 炭水化物 17.5 g 食塩相当量 48.2 g 1.6 g	134kcal たんぱく質 400 kcal 脂質 15.1 g 炭水化物 52.6 g 食塩相当量 0.6 g	134kcal たんぱく質 407 kcal 脂質 13.8 g 炭水化物 60.4 g 食塩相当量 0.4 g
29 (月)	30 (火)	カルシウムがはいっているたべもの		
ごはん さばの味噌煮 さば、みそ、砂糖、みりん しょうゆ、ケチャップ、しょうが	ごはん ツナ入り卵焼き 卵、ツナ、白だし、砂糖 油	 ぎゅうにゅう	 こまつな	6月4日は虫歯予防デーです。 カルシウムは「歯」や「骨」を 強くしてくれるよ！ 
春雨の酢の物 はるさめ、ほうれん草、にんじん ハム、酢、しょうゆ、砂糖、塩	チャプチェ 豚もも、はるさめ、ピーマン にんじん、たまねぎ、ごま、にんにく 砂糖、みりん、ごま油、しょうゆ だし、塩、油	 チーズ	 ヨーグルト	
りんご	ぶどう	 もめんどうふ		
134kcal たんぱく質 371 kcal 脂質 11.6 g 炭水化物 12.1 g 食塩相当量 56.8 g 0.5 g	134kcal たんぱく質 404 kcal 脂質 16.5 g 炭水化物 12.9 g 食塩相当量 56.7 g 0.5 g			

*都合により献立を変更することがあります。