



# 6月の給食献立表



令和8年度  
八潮市立保育所

日・曜	昼食	3時のおやつ	材 料 名				栄養価
			血や肉になる (赤の仲間)	熱や力になる (黄色の仲間)	からだの調子を整える (緑の仲間)	その他 (調味料等)	
1月	ごはん 豚肉のしょうが焼き 三色ごま和え 味噌汁	牛乳 ツナチートースト	牛乳 豚肉 豆腐 味噌 煮干し 昆布 チーズ ツナ缶	米 大豆油 ごま 砂糖 食パン マヨネーズ	からだの調子を整える (緑の仲間) 玉ねぎ しょうが 小松菜 もやし にんじん 白菜	しょうゆ 酒 トマトケチャップ	1~2歳児 3~5歳児 524 kcal 24.7 g
16火	白身魚の蒲焼き丼 オクラのサラダ なす入り豚汁	牛乳 カスタードサンド	牛乳 ホキ 豚肉 味噌 昆布 かつお節 卵	米 片栗粉 大豆油 砂糖 ロールパン コーンスターチ	しょうが オクラ キャベツ コーン缶 にんじん トマト 大根 椎茸 ナス	酒 しょうゆ みりん 酢	575 kcal 24.8 g
2水	黒糖ロール 鶏肉のマスタード焼き チリコンカン	牛乳 こまちゃんたぬきおにぎり	牛乳 鶏肉 ベーコン 大豆	黒糖ロール じゃが芋 大豆油 砂糖 マーガリン 小麦粉	玉ねぎ にんじん 小松菜	マスタード 塩 トマトケチャップ コンソメ こしょう	616 kcal 26.3 g
17水	にんじんポターージュ	牛乳	牛乳 豚肉 ヨーグルト きな粉	米 じゃが芋 ハヤシルウ 大豆油 砂糖 マカロニ	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん マッシュルーム パナナ パイン缶 もも缶 夏みかん	しょうゆ 酒	597 kcal 24.4 g
18木	ハヤシライス フルーツヨーグルト 麦茶	牛乳 マカロニのきな粉かけ	牛乳 鶏肉 ベーコン 大豆	黒糖ロール じゃが芋 大豆油 砂糖 マーガリン 小麦粉	玉ねぎ にんじん 小松菜	マスタード 塩 トマトケチャップ コンソメ こしょう	651 kcal 25.6 g
3水	肉味噌うどん かぼちゃの甘煮 ミニゼリー 麦茶	牛乳 こまちゃんのチヂミ風	牛乳 豚肉 味噌 卵 かに風味かまぼこ	干しうどん 大豆油 砂糖 ごま油 片栗粉 ミニゼリー 小麦粉 ごま油	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん きゅうり もやし トマト かぼちゃ にら 小松菜パウダー	しょうゆ みりん 麦茶 粉末かつおだし 塩 酢	552 kcal 19.1 g
4木	肉味噌うどん かぼちゃの甘煮 ミニゼリー 麦茶	牛乳 こまちゃんのチヂミ風	牛乳 豚肉 味噌 卵 かに風味かまぼこ	干しうどん 大豆油 砂糖 ごま油 片栗粉 ミニゼリー 小麦粉 ごま油	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん マッシュルーム パナナ パイン缶 もも缶 夏みかん	しょうゆ みりん 麦茶 粉末かつおだし 塩 酢	597 kcal 19.5 g
5金	豚丼 オレンジ 味噌汁		牛乳 豚肉 かつお節 昆布 油揚げ 味噌	米 しらたき 大豆油 砂糖 じゃが芋	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	528 kcal 20.1 g
22月	肉味噌うどん かぼちゃの甘煮 ミニゼリー 麦茶	牛乳 こまちゃんのチヂミ風	牛乳 豚肉 味噌 卵 かに風味かまぼこ	干しうどん 大豆油 砂糖 ごま油 片栗粉 ミニゼリー 小麦粉 ごま油	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん きゅうり もやし トマト かぼちゃ にら 小松菜パウダー	しょうゆ みりん 麦茶 粉末かつおだし 塩 酢	617 kcal 21.6 g
6土	ロールパン 鶏ささみフライ じゃこサラダ 夏野菜のクリームシチュー	牛乳 中華おこわ	牛乳 鶏ささみ 卵 しらす干し わかめ ベーコン 焼き豚 干しえび	ロールパン 小麦粉 パン粉 大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉 バター 米 もち米	きゅうり もやし コーン缶 かぼちゃ ナス 玉ねぎ ピーマン にんじん 椎茸 枝豆	塩 中濃ソース トマトケチャップ 酢 しょうゆ コンソメ 酒	374 kcal 16.6 g
20土	ロールパン 鶏ささみフライ じゃこサラダ 夏野菜のクリームシチュー	牛乳 中華おこわ	牛乳 鶏ささみ 卵 しらす干し わかめ ベーコン 焼き豚 干しえび	ロールパン 小麦粉 パン粉 大豆油 ごま油 砂糖 小麦粉 バター 米 もち米	きゅうり もやし コーン缶 かぼちゃ ナス 玉ねぎ ピーマン にんじん 椎茸 枝豆	塩 中濃ソース トマトケチャップ 酢 しょうゆ コンソメ 酒	382 kcal 16.0 g
8月	あさりの中華丼 春雨サラダ トマトと卵のスープ	牛乳 コーフレークおこし	牛乳 豚肉 なたと あさり ハム 卵	米 大豆油 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖 マシュマロ バター コーンフレーク	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	567 kcal 28.3 g
23火	あさりの中華丼 春雨サラダ トマトと卵のスープ	牛乳 コーフレークおこし	牛乳 豚肉 なたと あさり ハム 卵	米 大豆油 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖 マシュマロ バター コーンフレーク	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	613 kcal 30.6 g
9火	菜めし あじの梅味噌焼き れんこんきんぴら すまし汁	牛乳 ブルーベリーケーキ	牛乳 味噌 あじ 豆腐 昆布 かつお節 卵	米 ごま油 ごま 砂糖 しらたき 小麦粉 マーガリン	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	542 kcal 18.8 g
24水	菜めし あじの梅味噌焼き れんこんきんぴら すまし汁	牛乳 ブルーベリーケーキ	牛乳 味噌 あじ 豆腐 昆布 かつお節 卵	米 ごま油 ごま 砂糖 しらたき 小麦粉 マーガリン	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	591 kcal 19.5 g
10水	インディアンスパゲティ 豆菜サラダ 野菜スープ	牛乳 あじさいゼリー	牛乳 鶏肉 チーズ かに風味かまぼこ	スパゲティ 大豆油 カレールウ ごま ごま油 砂糖 ももジュース ぶどうジュース	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	518 kcal 21.2 g
25木	インディアンスパゲティ 豆菜サラダ 野菜スープ	牛乳 あじさいゼリー	牛乳 鶏肉 チーズ かに風味かまぼこ	スパゲティ 大豆油 カレールウ ごま ごま油 砂糖 ももジュース ぶどうジュース	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	567 kcal 23.1 g
11木	ごはん 鶏肉のチリ風 ひじき煮 味噌汁	牛乳 焼きそば	牛乳 鶏肉 干しひじき さつま揚げ 昆布 かつお節 油揚げ 味噌 煮干し 豚肉 青のり	米 片栗粉 大豆油 砂糖 中華麺	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	543 kcal 23.0 g
26金	ごはん 鶏肉のチリ風 ひじき煮 味噌汁	牛乳 焼きそば	牛乳 鶏肉 干しひじき さつま揚げ 昆布 かつお節 油揚げ 味噌 煮干し 豚肉 青のり	米 片栗粉 大豆油 砂糖 中華麺	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	589 kcal 24.4 g
11木	ごはん 鶏肉のチリ風 ひじき煮 味噌汁	牛乳 焼きそば	牛乳 鶏肉 干しひじき さつま揚げ 昆布 かつお節 油揚げ 味噌 煮干し 豚肉 青のり	米 片栗粉 大豆油 砂糖 中華麺	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	572 kcal 24.8 g
29月	ごはん 鶏肉のチリ風 ひじき煮 味噌汁	牛乳 焼きそば	牛乳 鶏肉 干しひじき さつま揚げ 昆布 かつお節 油揚げ 味噌 煮干し 豚肉 青のり	米 片栗粉 大豆油 砂糖 中華麺	しょうゆ しょうが 玉ねぎ にんじん オレンジ	酒 しょうゆ みりん	627 kcal 26.2 g
13土	ツナコーンライス ヨーグルト マカロニスープ		牛乳 ツナ缶 ヨーグルト ウインナー	米 マカロニ じゃが芋	コーン缶 枝豆 にんじん 玉ねぎ	塩 コンソメ こしょう	376 kcal 14.0 g
27土	ツナコーンライス ヨーグルト マカロニスープ		牛乳 ツナ缶 ヨーグルト ウインナー	米 マカロニ じゃが芋	コーン缶 枝豆 にんじん 玉ねぎ	塩 コンソメ こしょう	353 kcal 12.0 g
15月	マーボー豆腐丼 切り干し大根サラダ すまし汁	乳酸菌飲料 15:バナナ 30:バナナとクッキー	牛乳 豆腐 豚肉 味噌 ハム 昆布 かつお節 乳酸菌飲料	ごま油 砂糖 片栗粉 米 麩 クッキー	ねぎ にんじん しょうが にんにく 切り干し大根 きゅうり 赤ピーマン トマト 白菜 にんじん 椎茸 パナナ	酒 しょうゆ 塩 顆粒鶏がらだし 顆粒貝柱だし 酢	499 kcal 25.3 g
30火	マーボー豆腐丼 切り干し大根サラダ すまし汁	乳酸菌飲料 15:バナナ 30:バナナとクッキー	牛乳 豆腐 豚肉 味噌 ハム 昆布 かつお節 乳酸菌飲料	ごま油 砂糖 片栗粉 米 麩 クッキー	ねぎ にんじん しょうが にんにく 切り干し大根 きゅうり 赤ピーマン トマト 白菜 にんじん 椎茸 パナナ	酒 しょうゆ 塩 顆粒鶏がらだし 顆粒貝柱だし 酢	561 kcal 25.8 g
消毒明け	豆入りキーマカレー ヨーグルト バナナ 麦茶	牛乳 ポテト菓子	牛乳 豚肉 ひよこ豆 ヨーグルト	米 カレールウ 大豆油 ポテト菓子	玉ねぎ にんじん しょうが にんにく バナナ	酒 麦茶	557 kcal 19.8 g
誕生会	豆入りキーマカレー ヨーグルト バナナ 麦茶	牛乳 ポテト菓子	牛乳 豚肉 ひよこ豆 ヨーグルト	米 カレールウ 大豆油 ポテト菓子	玉ねぎ にんじん しょうが にんにく バナナ	酒 麦茶	592 kcal 20.1 g
誕生会	ロールパン ミートローフ ポテトサラダ メロン コンソメスープ	牛乳 プリンアラモード	牛乳 豚肉 卵 生クリーム	ロールパン 大豆油 パン粉 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 チョコスプレー	玉ねぎ ミックスベジタブル きゅうり にんじん コーン缶 メロン かぶ もも缶 みかん缶	塩 こしょう トマトケチャップ コンソメ しょうゆ プリンミックス	540 kcal 21.4 g
お楽しみ	ロールパン ミートローフ ポテトサラダ メロン コンソメスープ	牛乳 プリンアラモード	牛乳 豚肉 卵 生クリーム	ロールパン 大豆油 パン粉 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 チョコスプレー	玉ねぎ ミックスベジタブル きゅうり にんじん コーン缶 メロン かぶ もも缶 みかん缶	塩 こしょう トマトケチャップ コンソメ しょうゆ プリンミックス	589 kcal 23.2 g
お楽しみ	ロールパン ミートローフ ポテトサラダ メロン コンソメスープ	牛乳 プリンアラモード	牛乳 豚肉 卵 生クリーム	ロールパン 大豆油 パン粉 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 チョコスプレー	玉ねぎ ミックスベジタブル きゅうり にんじん コーン缶 メロン かぶ もも缶 みかん缶	塩 こしょう トマトケチャップ コンソメ しょうゆ プリンミックス	622 kcal 21.3 g
お楽しみ	ロールパン ミートローフ ポテトサラダ メロン コンソメスープ	牛乳 プリンアラモード	牛乳 豚肉 卵 生クリーム	ロールパン 大豆油 パン粉 じゃが芋 マヨネーズ 砂糖 チョコスプレー	玉ねぎ ミックスベジタブル きゅうり にんじん コーン缶 メロン かぶ もも缶 みかん缶	塩 こしょう トマトケチャップ コンソメ しょうゆ プリンミックス	640 kcal 20.6 g

## 各保育所の日程

	誕生会	お楽しみ
八条保育所	23 (火)	15 (月)
伊草保育所	18 (木)	15 (月)
南川崎保育所	25 (木)	16 (火)
古新田保育所	18 (木)	9 (火)



6月4日~10日  
「歯と口の健康週間」  
カルシウムの多い食品、  
噛み応えのある  
メニューが出ます！

※都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。  
※0・1・2歳児の、10時のおやつはミルク又は牛乳です。  
※消毒明けメニューの提供日は、各保育所でご確認ください。

塗りつぶした日は、  
八条と伊草です。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
1~2歳児	530	21.7
3~5歳児	573	22.6