



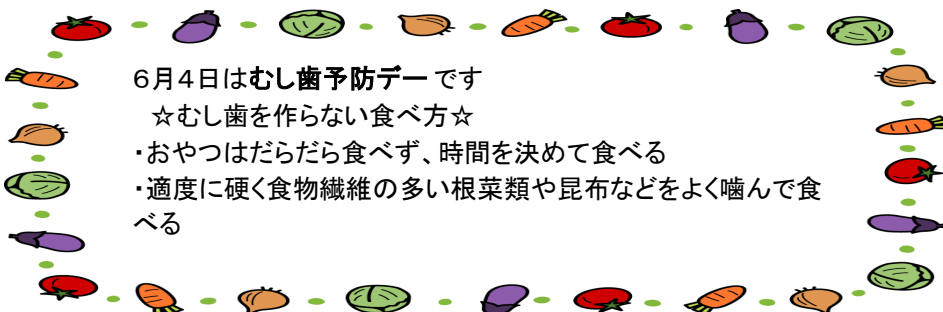
令和8年 6月



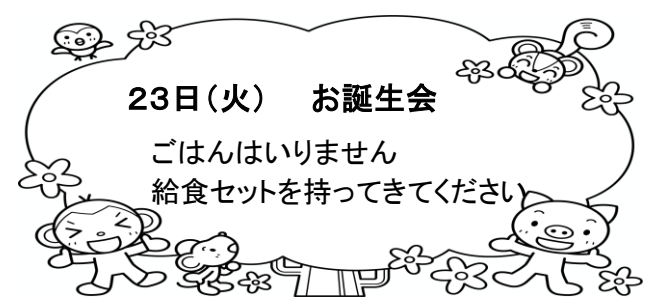
みづほ保育園

日	曜日	行事	献立名	血や肉になるもの	熱と骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1	月		ジャーチャードウフ マカロニサラダ くだもの	ぶたにく あつあげ ハム	マカロニ マヨネーズ かたくりこ ごまあぶら さとう	こまつな にんじん あおねぎ コーン ほししいたけ キャベツ	ぎゅうにゅう ★フレンチトースト
2	火	親子バス遠足(きりん組) 遠足	お弁当持ちの日				リンゴジュース ウエハース
3	水		とりのカレーからあげ こんぶあえ みそしる くだもの	とりにく とうふ みそ あぶらあげ	かたくりこ あぶら	きゅうり キャベツ にんじん かぼちゃ えのきたけ わかめ	ぎゅうにゅう せんべい
4	木		かにたま かみかみサラダ チンゲンサイのスープ くだもの	たまご カニカマ さきいか ハム	あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	にんじん たまねぎ あおねぎ もやし きりぼしだいこん きゅうり しいたけ チンゲンサイ しめじ	ぎゅうにゅう スナック
5	金		さかなのマヨネーズやき ドレッシングあえ みそしる くだもの	さかな ハム あぶらあげ みそ	マヨネーズ あぶら さとう	キャベツ きゅうり にんじん もやし こまつな たまねぎ えのきたけ	★プリンアラモード
6	土						
8	月	午睡開始 (きりん、ぱんだ組)	ホイコーロー ちゅうかスープ くだもの	ぶたにく みそ ベーコン	あぶら さとう かたくりこ ごま	にんじん キャベツ たまねぎ もやし ピーマン しいたけ えのきたけ わかめ	ぎゅうにゅう ★かぼちゃの パウンドケーキ
9	火	検尿検査	さかなのぼんずやき ハムサラダ けんちんじる くだもの	さかな ハム とりにく とうふ	あぶら さとう さといも	キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう あおねぎ	ぎゅうにゅう せんべい
10	水	検尿検査 歯科検診	とうふとひじきのつくねやき わかめのすのもの みそしる くだもの	とうふ とりにく たまご カニカマ あぶらあげ みそ	ぱんこ かたくりこ さとう あぶら ごま	にんじん あおねぎ しょうが ひじき きゅうり キャベツ わかめ もやし	ぎゅうにゅう クッキー
11	木		えいようきんぴら みそしる くだもの	ぎゅうにく さつまあげ あぶらあげ みそ	しらたき あぶら さとう ごま じゃがいも	ごぼう にんじん インゲン たまねぎ あおねぎ	ぎゅうにゅう ★ようふうおにぎり
12	金	サッカー教室	さかなのピザ ゆでブロッコリー コンソメスープ ヨーグルト	さかな チーズ ベーコン	あぶら	たまねぎ ピーマン コーン にんじん ブロッコリー キャベツ	ぎゅうにゅう せんべい
13	土						
15	月		はっぼうさい ナムル くだもの	ぶたにく ハム	ごまあぶら かたくりこ ごま	はくさい にんじん たまねぎ しめじ たけのこ ピーマン ほししいたけ もやし こまつな	ぎゅうにゅう ★ツナマヨパン
16	火	生け花(ぱんだ組)	にざかな チキンサラダ みそしる ミニゼリー	さかな とりにく とうふ みそ	さとう あぶら	しょうが キャベツ こまつな にんじん だいこん わかめ	ぎゅうにゅう マフィン
17	水		はんぺんフライ もやしサラダ コンソメスープ くだもの	はんぺん ハム ベーコン たまご	ぱんこ さとう じゃがいも あぶら	もやし にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ	ぎゅうにゅう ビスケット
18	木	げんキッズ	カレーシチュー パリパリあえ くだもの	ぶたにく	じゃがいも カレールウ ごまあぶら さとう あぶら	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり つぼつけ わかめ	ヤクルトジョア ★ブロッククッキー
19	金		さかなのバターしょうゆやき にんじんとコーンのサラダ みそしる くだもの	さかな とうふ あぶらあげ みそ	バター あぶら さとう	にんじん コーン もやし たまねぎ しめじ わかめ	ぎゅうにゅう パイ
20	土						
22	月	水遊び開始 身体計測	ツナじゃが はるさめサラダ チーズ くだもの	ツナ ハム	じゃがいも しらたき さとう はるさめ マヨネーズ	たまねぎ にんじん インゲン キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ★わらびもち
23	火	お誕生会	コーンごはん とりにくのぱんこやき フレンチサラダ コンソメスープ くだものゼリー	とりにく こなチーズ ハム ウインナー	バター ぱんこ あぶら マヨネーズ さとう	コーン にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ	ラブミープラス ケーキ
24	水	避難訓練	ウインナーいりたまごやき あおなのソテー カレースープ くだもの	たまご ウインナー ベーコン	あぶら じゃがいも	ピーマン たまねぎ にんじん コーン こまつな キャベツ	ぎゅうにゅう スナック
25	木	茶道 えほんの日 口座振替日	にくどうふ ラーメンサラダ くだもの	ぎゅうにく とうふ たまご ハム	あぶら さとう かたくりこ ちゅうかめん	たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ きゅうり	ぎゅうにゅう ★ピーチケーキ
26	金		さかなのごまみそやき ごもくまめ かきたまじる くだもの	さかな みそ だいず ちくわ たまご	さとう ごま こんにやく	しょうが にんじん ごぼう こんぶ たまねぎ ほうれんそう	ぎゅうにゅう ラスク
27	土						
29	月		いりどり ウインナーサラダ くだもの	とりにく ウインナー	こんにやく さといも あぶら さとう マヨネーズ	にんじん だいこん れんこん ごぼう ほししいたけ インゲン キャベツ きゅうり	ぎゅうにゅう ★チヂミ
30	火		するめのかきあげ ゆかりあえ すましじる ミニゼリー	さきいか とうふ	あぶら こむぎこ ふ	たまねぎ にんじん ピーマン ごぼう キャベツ きゅうり えのきたけ あおねぎ	やさしいジュース ビスケット

*園の行事、仕入れ材料等で献立が変更になることがあります
*★じるしは手作りおやつです



6月4日はむし歯予防デーです
☆むし歯を作らない食べ方☆
・おやつはだらだら食わず、時間を決めて食べる
・適度に硬く食物繊維の多い根菜類や昆布などをよく噛んで食べる



23日(火) お誕生会
ごはんはいりません
給食セットを持ってきてください

|