

# 6月の献立予定表

2026 多伎こども園

月	火	水	木	金
1 ごはん 豚肉のステーキソース焼き キャベツときゅうりの昆布和え れんこんとあさりのスープ グラノーラクッキー	2 ◎ カミカミ&健康メニュー 十六穀ごはん ししゃものチーズ焼き ごぼうサラダ 豆腐となめこのみそ汁 みかんヨーグルト	3 ごはん 厚揚げとなすのそぼろ煮 きゅうりのごまドレサラダ もやしと玉ねぎのすまし汁 ツナトースト	4 梅ごはん 豚肉と昆布の炒め煮 キャベツとわかめのサラダ 豆腐と小松菜のみそ汁 ティースコーン	5 パン 鶏肉のマスタード焼き オクラとトマトのサラダ じゃが芋とコーンのスープ ケチャップライス
8 ごはん 鮭のチーズ焼き キャベツとツナのごま和え 豆腐となすのすまし汁 ココアラスク	9 むぎごはん 牛肉とチンゲン菜のオイスター炒め きゅうりとえびの酢の物 さつま芋のみそ汁 バナナケーキ	10 ◎ そうめん流し そうめん かぼちゃとえびの甘煮 ほうれん草のマヨ和え 枝豆チーズおにぎり	11 ◎ 青空給食 わかめおにぎり 豚肉のケチャップ焼き ポテトサラダ ゆでオクラ、ミニトマト かたら団子	12 パン 納豆入り卵焼き キャベツのマリネ さつま芋の豆乳スープ ハリハリごはん
15 ごはん エビチリ きゅうりのナムル 春雨スープ ココアサンドパン	16 ◎ ふるさと食の日 ごはん あじの南蛮漬け オクラとわかめのごま和え じゃが芋のみそ汁 ポンデケージョ	17 ごはん 松風焼き 切干大根のサラダ 赤板ときのこのすまし汁 牛乳かん	18 むぎごはん 肉豆腐 スパゲティーサラダ 青菜のみそ汁 おさつバター蒸しパン	19 パン 鶏肉のトマトソースかけ ほうれん草のじゃこサラダ オクラスープ なめたけ混ぜごはん
22 むぎごはん さばのねぎみそ焼き キャベツのごま酢和え わかめと卵のすまし汁 シュガーバタートースト	23 ジャージャー麺 じゃが芋の洋風煮 ブロッコリーの黒ごまサラダ ひじきおにぎり	24 ごはん タンドリーチキン オクラときゅうりののり和え あさりの中華スープ ハムチーズ蒸しパン	25 ごはん 豚肉のしょうが焼き ツナマヨサラダ 大根のみそ汁 マカロニきなこ	26 ◎ 誕生会 ドライカレー さつま芋のレモン煮 トマトとキャベツのサラダ パースデーケーキ
29 ごはん 鶏肉と厚揚げの含め煮 きゅうりの梅和え なすと玉ねぎのみそ汁 にんじんケーキ	30 中華丼 かにかまときゅうりの酢の物 もやしとにらのスープ じゃが芋もち	 <p><b>今月の予定</b></p> <p>2日…カミカミ&amp;健康メニュー 10日…そうめん流し(以上児クラス) 11日…青空給食 11日…かたら団子作り(おやつで提供) 16日…ふるさと食の日 26日…誕生会</p>		



## ★今が旬の食材★

じゃが芋、オクラ  
きゅうり、トマト、なす  
キャベツ、枝豆、あじ

## ★今月のフルーツ★

キウイフルーツ  
パイナップル  
バナナ、りんご  
オレンジ、メロン



- 毎日、デザートにフルーツがついています
- 毎日、牛乳を飲んでいきます
- 都合により、献立内容を変更することがあります

