

2026年 6月

予定献立表

月		火		水		木		金		土	
1	キッズビビンバ丼 もやしと人参のすまし汁 マッシュポテト	2	全粥 鯖の味噌煮 玉葱と人参のスープ さつまいもスティック	3	全粥 鶏肉の野菜あんかけ コーンとキャベツのスープ	4	全粥 魚と炒りたまごの野菜煮 オニオンスープ	5	なすのミートパゲティー かぼちゃスープ ほぐしオレンジ	6	豆腐とピーマンのお粥 茄子のそぼろ煮 スライスバナナ
全粥 豆腐と人参のコロコロ煮 モーウィサラダ		全粥 豆腐チャンブルー 人参の味噌汁		全粥 ササミの炒め煮 キャベツの味噌汁		全粥 豚肉の照り煮 小松菜と玉ねぎのスープ		全粥 ミニハンバーグ かぼちゃの味噌汁		そぼろ粥 しめじと豆腐の味噌汁 型抜きチーズ	
8	三色丼 モヤシと人参のスープ 胡瓜スティック	9	全粥 魚のみそ焼き 人参の清し汁	10	全粥 ササミの野菜あんかけ そうめん汁	11	全粥 ベビーハンバーグ 人参と玉葱の味噌汁	12	全粥 肉じゃが へちまの味噌汁	13	全粥 豚肉と大根煮 ナムル風
全粥 豆腐と卵とツナの炒め煮 小松菜と玉葱のスープ		全粥 豚肉と野菜炒め煮 もずく汁		全粥 豆腐と野菜の炒め煮 玉葱のスープ		全粥 魚と野菜の炒め煮 えのきとしめじのスープ		全粥 豆腐の照り焼き ナスの味噌汁		全粥 魚の野菜あんかけ 大根のスープ	
15	納豆粥 いなむどうち 胡瓜スティック	16	全粥 鮭のちゃんちゃん焼き 大根の味噌汁	17	全粥 ササミと野菜の炒め煮 マッシュポテト	18	おべんとう 	19	沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト	20	全粥 豆腐の野菜あんかけ 玉葱スープ
全粥 豆腐ソテー 人参のスープ		全粥 豚肉の生姜焼き じゃがいものスティック		全粥 豆腐と野菜のあんかけ 小松菜のスープ		全粥 魚のピカタ じゃがいもと人参の味噌汁		全粥 豆腐のみそ焼き ほうれん草と玉葱の味噌汁		全粥 魚の照り焼き 豆腐の味噌汁	
22	もずく粥 豆腐の肉野菜あんかけ 麩とわかめのすまし汁	23	慰霊の日 	24	全粥 豆腐と鶏肉のお焼き アーサのすまし汁	25	全粥 ポークソテー キャベツとじゃがいものスープ 野菜スティック	26	全粥 魚と野菜の炒め煮 クリームコーンスープ	27	鮭とシラスのおかゆ もやしと人参の味噌汁 キャベツのスープ
全粥 ツナと切干大根の炒め煮 しめじの味噌汁				全粥 ササミと野菜のあんかけ 人参のスープ		全粥 豆腐とシラスの野菜煮 じゃがいもの味噌汁		全粥 豆腐のシラス煮 和え物		全粥 豆腐と野菜の炒め煮 からし菜のスープ	
29	全粥 豆腐と挽肉の味噌煮 オクラのスープ			30		全粥 魚と野菜の炒め煮 さつまいもマッシュ					
シラス粥 卵と夏野菜の炒め物 豆腐と三つ葉のすまし汁		全粥 豆腐の野菜あんかけ しいたけの味噌汁									
後期		9～11ヵ月頃の離乳食  この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を上の歯茎と下の歯茎でつぶして食べることを練習します。 かたくて小さい食べ物だと、丸のみする習慣がついてしまいますので、注意が必要です！ 離乳食の回数が2回/日から3回/日に移行する時期でもあります。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、 主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう！！									

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	月	鶏挽肉 卵 絹ごし豆腐 ㊟缶	全粥 みりん 三温糖 じゃがいも	小松菜 もやし 人参 モーウィ 胡瓜
2	火	鯖 みそ 絹ごし豆腐	全粥 三温糖 本みりん さつまいも	玉葱 人参 ビーマン ねぎ
3	水	鶏㊟肉 ㊟み みそ	全粥 片栗粉 みりん	ブロッコリー 玉葱 ｺｰﾝ缶 キャベツ 生姜 しめじ
4	木	赤魚 卵 豚肩ロース	全粥 本みりん	ビーマン 人参 玉葱 小松菜
5	金	合挽肉 豚ﾊｰ 卵 みそ	全粥 スパゲッティ(乾) オリーブ油	茄子 玉葱 人参 トマトﾍﾞｰﾙ 南瓜 オレンジ
6	土	沖縄豆腐 豚挽肉 沖縄豆腐 みそ 型抜きチーズ	全粥 本みりん 片栗粉 みりん 三温糖	ビーマン 茄子 干椎茸 生姜 パナナ しめじ みつ葉
7	日			
8	月	卵 絹ごし豆腐 ㊟缶	全粥 本みりん 油	小松菜 もやし 人参 胡瓜 小松菜 玉葱
9	火	ホキ みそ 豚㊟肉 ㊟缶	全粥 本みりん	人参 ビーマン もずく
10	水	㊟み 沖縄豆腐	全粥 片栗粉 みりん	人参 しめじ さやいんげん もずく 人参 玉葱
11	木	合挽肉 みそ ホキ 卵	全粥 パﾝ粉(乾) 油 三温糖	玉葱 人参 玉葱 えのき しめじ
12	金	豚㊟肉 みそ 絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも 本みりん みりん 三温糖 片栗粉 油	人参 玉葱 ｾﾏﾘ 茄子
13	土	豚肩ロース 赤魚	全粥 白炒りｺﾞﾏ 片栗粉	大根 人参 胡瓜 玉葱
14	日			
15	月	挽きわり納豆 豚肩ロース ｲﾂﾅﾎﾞﾂ味噌 絹ごし豆腐	全粥 片栗粉	にんにく 人参 干椎茸 ねぎ 胡瓜 人参 ねぎ
16	火	鮭 みそ 豚㊟肉	全粥 三温糖 オリーブ油 みりん 三温糖 じゃがいも	ｷｬﾍﾞﾂ 人参 大根 ねぎ 生姜
17	水	㊟み 普通牛乳 絹ごし豆腐	全粥 じゃがいも 片栗粉	ブロッコリー 人参 玉葱 しめじ 小松菜
18	木	赤魚 卵 みそ	全粥 片栗粉 油 じゃがいも	人参
19	金	沖縄豆腐 ㊟缶 固形ｺｰｸﾚｯﾄ 沖縄豆腐 みそ	全粥 沖縄そば 三温糖 みりん 三温糖	人参 玉葱 ねぎ 胡瓜 ホウレン草 玉葱
20	土	鯖 絹ごし豆腐 みそ	全粥 片栗粉 三温糖 みりん	人参 キャベツ 玉葱
21	日			
22	月	絹ごし豆腐 ㊟缶 みそ	全粥 片栗粉 おつゆ麩	もずく 人参 ビーマン ねぎ 人参 もやし しめじ
23	火			
24	水	鶏挽肉 木綿豆腐 卵 ㊟み	全粥 片栗粉 みりん 片栗粉	玉葱 ｱｰﾂ(乾) ねぎ 玉葱 ニﾗ 人参
25	木	豚ロース 絹ごし豆腐 ｼﾗｽ みそ	全粥 油 本みりん じゃがいも	生姜 キャベツ 玉葱 人参 胡瓜 人参
26	金	ホキ 絹ごし豆腐 シラス	全粥 片栗粉 みりん 三温糖	人参 胡瓜 玉葱 玉葱 ｺｰﾝ缶詰 ｸﾘｰﾑ缶詰 キャベツ
27	土	鮭 ｼﾗｽ みそ 絹ごし豆腐	全粥 本みりん	ねぎ もやし 人参 キャベツ 人参 ｶﾅｼﾞ菜
28	日			
29	月	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ シラス 卵 沖縄豆腐	全粥 三温糖 片栗粉 油	長ねぎ 生姜 角ﾎﾝ 人参 トマト 根みつば
30	火	ホキ 絹ごし豆腐 みそ	全粥 本みりん さつまいも 片栗粉	人参 玉葱 生姜 ビーマン ごぼう 干椎茸 ねぎ
	土			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。