

令和8年

6月分

幼児食献立表

かすみ台第一保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
1 ／ 月	主) ごはん 汁) すましじる 菜) さけのさいきょうやき 副) だいこんのそぼろに 副) ほうれんそうかにかまさらだ 果) ばなな	水稻穀粒(精白米)／三 温糖／上白糖／かたく り粉／白ごま(すり) ／ノンエッグマヨネー ズ／パイ皮／グラ ニュー糖	はんぺん／鰹節(花か つお)／しろさけ／鶏 若鶏肉ひき肉／かに風 味かまぼこ／牛乳 900ml	ねぎ／だいこん／ほう れんそう／バナナ	ぎゅうにゅう しゅがーばい	1杯分 - 567 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.7 g	
	主) ごはん 汁) みそしる 菜) とりにくのいそべからあげ 副) れんこんのきんぴら 副) さつまいもさらだ 果) めろん	水稻穀粒(精白米)／薄力粉 ／サフラワー油／白ごま(い り)／三温糖／サラダ油/ ごま油／さつまいも／とう もろこし(冷凍)／ノンエッ グマヨネーズ／ランチパン ／蒸し中華めん	生揚げ／湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き)／かたく ちいわし(煮干し)／鶏 若鶏肉モモ(皮付き)／ あおのり／牛乳1L	れんこん／きゅうり/ にんじん／メロン(温 室)／キャベツ	ぎゅうにゅう ◆やきそばばん	1杯分 - 548 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.5 g	
3 ／ 水	主) ろーるばん 汁) こーんぼたーじゅ 菜) みーとぼーる 副) じゃーまんぼてと 副) ぶろっこりーごまみそあえ 果) すいか	ロールパン／とうもろこ し缶詰(クリーム)／パン粉 (乾燥)／じゃがいも／白 ごま(いり)／三温糖/ 薄力粉／有塩バター／グ ラニュー糖	牛乳1L／豚ひき肉/ ベーコン／牛乳900ml ／たまご	玉葱／ブロッコリー/ にんじん／小玉すいか ／ブルーベリー(ジャ ム)	ぎゅうにゅう ◆ぶるーべりーまふいん	1杯分 - 586 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 24.2 g 食塩相当量 3.0 g	
	主) ごはん 汁) みそしる 菜) あじのばいにくそーす 副) かぼちゃのふくめに 副) はるさめさらだ 果) おれんじ	水稻穀粒(精白米)／薄 力粉／サラダ油／三温 糖／普通はるさめ(乾) ／サフラワー油／ごま 油／食パン(市販品)	油揚げ／かたくちいわ し(煮干し)／まあじ/ ロースハム／牛乳1L ／ビザ用チーズ	だいこん／梅干し(塩 漬)／西洋かぼちゃ/ きゅうり／にんじん/ パレンシアオレンジ/ 玉葱	ぎゅうにゅう ◆ぴざとーすと	1杯分 - 572 kcal たんぱく質 27.6 g 脂 質 18.0 g 食塩相当量 3.1 g	
5 ／ 金	主) くりーむこーんぼすた 汁) やさいすーぷ 菜) ちきんのてりやき 副) あすばらさらだ 果) ばなな	スパゲッティ／とうもろこ し缶詰(クリーム)／とうもろこ し缶詰(ホム)／じゃがいも/ 有塩バター／白ごま(いり) ／ノンエッグマヨネーズ/ 水稻穀粒(精白米)／サラ ダ油／ごま油	ベーコン／牛乳1L／ク リーム(乳脂肪・植物性脂 肪)／ウィンナー／鶏 若鶏肉モモ(皮付き)／ たまご／かに風味かま ぼこ	にんじん／玉葱／キャ ベツ／アスパラガス/ きゅうり／バナナ／あ さつき	むぎちゃ ◆かにかまちゃーはん	1杯分 - 583 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 22.9 g 食塩相当量 3.0 g	
	主) ぎゅうにゅうばん 汁) はくさいべーこんのすーぷ 菜) さけのむにえる 副) こーんさらだ 果) ばなな	牛乳パン／薄力粉／有 塩バター／とうもろこ し缶詰(ホム)／ノン エッグマヨネーズ／水 稻穀粒(精白米)	ベーコン／しろさけ/ 牛乳／かつお加工品 (かつお節)	はくさい／玉葱／キャ ベツ／きゅうり／バナ ナ	ぎゅうにゅう ◆おかかおにぎり	1杯分 - 513 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 2.7 g	
8 ／ 月	主) ばんずばん 汁) わかめすーぷ 菜) はんぱーぐ 副) あおのりぼてと 副) こーるすろーさらだ 果) めろん	バンズパン／かたくり 粉／パン粉(乾燥)／ じゃがいも／サラダ油 ／とうもろこし缶詰 (ホム)／三温糖／上白 糖／薄力粉	湯通し塩蔵わかめ(塩抜 き)／豚ひき肉／あお のり／牛乳900ml／ク リームチーズ／たまご／ク リーム(乳脂肪・植物性脂肪) ／明治フルガリアヨーグル ト	ねぎ／玉葱／キャベツ ／にんじん／メロン (温室)／レモン(果汁、 生)	ぎゅうにゅう ◆べいくどちーずけーき	1杯分 - 584 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 31.5 g 食塩相当量 2.5 g	
	主) もやしそば 菜) はんぺんちーずふらい 副) かふうきゅうり 副) まかろにさらだ 果) ばなな	中華めん(ゆで)／かたく り粉／薄力粉／パン粉 (乾燥)／サラダ油／三温 糖／ごま油／マカロニ/ ／ノンエッグマヨネーズ/ 水稻穀粒(精白米)	豚小間／はんぺん／ブ ロセスチーズ／鶏ス ハム／牛乳1L／鶏若 鶏肉ひき肉／焼きのり	にんじん／ブロッコリー/ もやし／チンゲンツァ イ／きゅうり／バナナ	ぎゅうにゅう ◆たきこみおにぎり	1杯分 - 588 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 2.9 g	
10 ／ 水	主) はやしらいす 汁) たまごすーぷ 菜) ちきんなげつと 副) れいしやぶちゅうかさらだ 果) めろん	水稻穀粒(精白米)／ じゃがいも／かたくり 粉／サラダ油／三温糖 ／ごま油／塩せんべい	豚小間／たまご／チキ ンナゲット／豚ロース (赤肉)／牛乳900ml/ 粉寒天	玉葱／きゅうり／ブラ ッパもやし／にんじ ん／メロン(温室)／ぶ どう(濃縮還元ジュース) ／りんご 濃縮還元 ジュース	ぎゅうにゅう ◆あじさいぜりー せんべい	1杯分 - 587 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 21.8 g 食塩相当量 2.5 g	
	主) ごはん 汁) すましじる 菜) ちきんかつみそだれ 副) ひじきのにももの 副) いんげんごままよねーずあえ 果) おれんじ	水稻穀粒(精白米)／薄力 粉／パン粉(乾燥)／サ ラワー油／三温糖／白 ごま(いり)／ノンエッ グマヨネーズ／サンドイ ツ食パン／有塩バター	絹ごし豆腐／鰹節(花か つお)／鶏若鶏肉モ モ(皮付き)／干ひじき(ス トイ釜、乾)／油揚げ/ ツナチャンク／きな粉(大 豆)	ねぎ／にんじん／さや いんげん／パレンシア オレンジ	むぎちゃ ◆きなこさんど	1杯分 - 563 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 24.2 g 食塩相当量 2.8 g	
12 ／ 金	主) ごはん 汁) みそしる 菜) やきさけ 副) きりぼしだいこんのにつけ 副) きゃべつのつなあえ 果) ばなな	水稻穀粒(精白米)／三 温糖／ごま油／豆腐 ドーナツ	油揚げ／かたくちいわ し(煮干し)／甘塩鮭/ 鶏若鶏肉ひき肉／ツナ チャンク／牛乳900ml	玉葱／にんじん／切干 しだいこん／キャベツ ／バナナ	ぎゅうにゅう とうふどーなつ	1杯分 - 585 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 22.0 g 食塩相当量 2.5 g	
	主) めーぶるろーるばん 汁) ちきんすーぷ 菜) とりにくのおれんじやき 副) きゃべつのおこんぶあえ 果) ばなな	メープルロールパン/ かたくり粉／マーマ レード(高糖度)／ごま 油／水稻穀粒(精白米)	鶏小間／鶏若鶏肉モ モ(皮付き)／塩昆布/ 牛乳／わかめご飯の素	にんじん／えのきたけ ／にんにく(りん茎)／ しょうが／キャベツ/ バナナ	ぎゅうにゅう ◆わかめおにぎり	1杯分 - 531 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 17.4 g 食塩相当量 2.1 g	
15 ／ 月	主) ごはん 汁) すましじる 菜) さけのさいきょうやき 副) だいこんのそぼろに 副) ほうれんそうかにかまさらだ 果) ばなな	水稻穀粒(精白米)／三 温糖／上白糖／かたく り粉／白ごま(すり) ／ノンエッグマヨネー ズ／パイ皮／グラ ニュー糖	はんぺん／鰹節(花か つお)／しろさけ／鶏 若鶏肉ひき肉／かに風 味かまぼこ／牛乳 900ml	ねぎ／だいこん／ほう れんそう／バナナ	ぎゅうにゅう しゅがーばい	1杯分 - 567 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.7 g	
	主) ごはん 汁) みそしる 菜) とりにくのいそべからあげ 副) れんこんのきんぴら 副) さつまいもさらだ 果) めろん	水稻穀粒(精白米)／薄力粉 ／サフラワー油／白ごま(い り)／三温糖／サラダ油/ ごま油／さつまいも／とう もろこし(冷凍)／ノンエッ グマヨネーズ／ランチパン ／蒸し中華めん	生揚げ／湯通し塩蔵わ かめ(塩抜き)／かたく ちいわし(煮干し)／鶏 若鶏肉モモ(皮付き)／ あおのり／牛乳1L	れんこん／きゅうり/ にんじん／メロン(温 室)／キャベツ	ぎゅうにゅう ◆やきそばばん	1杯分 - 548 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.5 g	
17 ／ 水	主) ろーるばん 汁) こーんぼたーじゅ 菜) みーとぼーる 副) じゃーまんぼてと 副) ぶろっこりーごまみそあえ 果) すいか	ロールパン／とうもろこ し缶詰(クリーム)／パン粉 (乾燥)／じゃがいも／白 ごま(いり)／三温糖/ 薄力粉／有塩バター／グ ラニュー糖	牛乳1L／豚ひき肉/ ベーコン／牛乳900ml ／たまご	玉葱／ブロッコリー/ にんじん／小玉すいか ／ブルーベリー(ジャ ム)	ぎゅうにゅう ◆ぶるーべりーまふいん	1杯分 - 586 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 24.2 g 食塩相当量 3.0 g	

令和8年

6月分

幼児食献立表

かすみ台第一保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
18 木	主) ごはん 汁) みそしる 菜) あじのばいにくそーす 副) かぼちゃのふくめに 果) はるさめさらだ おれんじ	水稲穀粒(精白米)／薄力粉／サラダ油／三温糖／普通はるさめ(乾)／サフラワー油／ごま油／食パン(市販品)	油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／まあじ／ロースハム／牛乳1L／ビザ用チーズ	だいこん／梅干し(塩漬)／西洋かぼちゃ／きゅうり／にんじん／パレンシアオレンジ／玉葱	ぎゅうにゅう ◆びざとーすと	エネルギー 572 kcal たんぱく質 27.6 g 脂 質 18.0 g 食塩相当量 3.1 g
19 金	主) クリーむこーんばすた 汁) やさいすーぷ 菜) ちきんのてりやき 副) あずばらさらだ 果) ばなな	スパゲッティ／とうもろこし缶詰(ホム)／とうもろこし缶詰(ホム)／じゃがいも／有塩バター／白ごま(いり)／ノンエッグマヨネーズ／水稲穀粒(精白米)／サラダ油／ごま油	ベーコン／牛乳1L／クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)／ウィンナー／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／たまご／かに風味かまぼこ	にんじん／玉葱／キャベツ／アスパラガス／きゅうり／バナナ／あさつき	むぎちゃ ◆かにかまちゃーはん	エネルギー 583 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 22.9 g 食塩相当量 3.0 g
20 土	主) ぎゅうにゅうばん 汁) はくさいペーこんのすーぷ 菜) さけのむにえる 副) こーんさらだ 果) ばなな	牛乳パン／薄力粉／有塩バター／とうもろこし缶詰(ホム)／ノンエッグマヨネーズ／水稲穀粒(精白米)	ベーコン／しろさけ／牛乳／かつお加工品(かつお節)	はくさい／玉葱／キャベツ／きゅうり／バナナ	ぎゅうにゅう ◆おかかおにぎり	エネルギー 513 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 2.7 g
22 月	主) ばんずばん 汁) わかめすーぷ 菜) はんぱーぐ 副) あおのりぼてと 副) こーんすーらさらだ 果) めろん	バンズパン／かたくり粉／パン粉(乾燥)／じゃがいも／サラダ油／とうもろこし缶詰(ホム)／三温糖／上白糖／薄力粉	湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／豚ひき肉／あおのり／牛乳900ml／クリームチーズ／たまご／クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)／明治ブルガリアヨーグルト	ねぎ／玉葱／キャベツ／にんじん／メロン(温室)／レモン(果汁、生)	ぎゅうにゅう ◆べいくどちーずけーき	エネルギー 584 kcal たんぱく質 21.4 g 脂 質 31.5 g 食塩相当量 2.5 g
23 火	主) もやしそば 菜) はんぺんちーずふらい 副) かふうきゅうり 副) まかろにさらだ 果) ばなな	中華めん(ゆで)／かたくり粉／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／三温糖／ごま油／マカロニ／ノンエッグマヨネーズ／水稲穀粒(精白米)	豚小間／はんぺん／プロセスチーズ／ロースハム／牛乳1L／鶏若鶏肉ひき肉／焼きのり	にんじん／ブロッコリー／もやし／チンゲンツアイ／きゅうり／バナナ	ぎゅうにゅう ◆たきこみおにぎり	エネルギー 588 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 17.9 g 食塩相当量 2.9 g
24 水	主) はやしらいす 汁) たまごすーぷ 菜) ちきんなげと 副) れいしやぶちゅうかさらだ 果) めろん	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／かたくり粉／サラダ油／三温糖／ごま油／塩せんべい	豚小間／たまご／チンナゲツ／豚ロース(赤肉)／牛乳900ml／粉寒天	玉葱／きゅうり／ブロッコリー／もやし／にんじん／メロン(温室)／ぶどう(濃縮還元ジュース)／りんご 濃縮還元ジュース	ぎゅうにゅう ◆あじさいぜりーせんべい	エネルギー 587 kcal たんぱく質 23.1 g 脂 質 21.8 g 食塩相当量 2.5 g
25 木	主) ごはん 汁) すましじる 菜) ちきんかつみそだれ 副) ひじきのにも 副) いんげんごままよねーずあえ 果) おれんじ	水稲穀粒(精白米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／サフラワー油／三温糖／白ごま(いり)／ノンエッグマヨネーズ／サンドイッチ食パン／有塩バター	絹ごし豆腐／鰹節(花かつお)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／干ひじき(ｽﾝｲﾍﾞﾝ、乾)／油揚げ／ツナちゃんく／きな粉(大豆)	ねぎ／にんじん／さやいんげん／パレンシアオレンジ	むぎちゃ ◆きなこさんど	エネルギー 563 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 24.2 g 食塩相当量 2.8 g
26 金	主) ごはん 汁) みそしる 菜) やきさけ 副) きりほしだいこんのにつけ 副) きゃべつのつなあえ 果) ばなな	水稲穀粒(精白米)／三温糖／ごま油／豆腐ドーナツ	油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／甘塩鮭／鶏若鶏肉ひき肉／ツナちゃんく／牛乳900ml	玉葱／にんじん／切干しだいこん／キャベツ／バナナ	ぎゅうにゅう とうふどーなつ	エネルギー 585 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 22.0 g 食塩相当量 2.5 g
27 土	主) めーぶるろーるばん 汁) ちきんすーぷ 菜) とりにくのおれんじやき 副) きゃべつのおこんぶあえ 果) ばなな	メーブルロールパン／かたくり粉／マーマレード(高糖度)／ごま油／水稲穀粒(精白米)	鶏小間／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／塩昆布／牛乳／わかめご飯の素	にんじん／えのきたけ／にんにく(りん茎)／しょうが／キャベツ／バナナ	ぎゅうにゅう ◆わかめおにぎり	エネルギー 531 kcal たんぱく質 20.9 g 脂 質 17.4 g 食塩相当量 2.1 g
29 月	主) ごはん 汁) すましじる 菜) さけのさいきょうやき 副) だいこんのそぼろに 副) ほうれんそうかにかまさらだ 果) ばなな	水稲穀粒(精白米)／三温糖／上白糖／かたくり粉／白ごま(すり)／ノンエッグマヨネーズ／パイ皮／グラニュー糖	はんぺん／鰹節(花かつお)／しろさけ／鶏若鶏肉ひき肉／かに風味かまぼこ／牛乳900ml	ねぎ／だいこん／ほうれんそう／バナナ	ぎゅうにゅう しゅがーぱい	エネルギー 567 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 16.6 g 食塩相当量 2.7 g
30 火	主) ごはん 汁) みそしる 菜) とりにくのいそべからあげ 副) れんこんのきんぴら 副) さつまいもさらだ 果) めろん	水稲穀粒(精白米)／薄力粉／サフラワー油／白ごま(いり)／三温糖／サラダ油／ごま油／さつまいも／とうもろこし(冷凍)／ノンエッグマヨネーズ／ランチパン／蒸し中華めん	生揚げ／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かたくちいわし(煮干し)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／あおのり／牛乳1L	れんこん／きゅうり／にんじん／メロン(温室)／キャベツ	ぎゅうにゅう ◆やきそばばん	エネルギー 548 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 19.4 g 食塩相当量 2.5 g
(★印はアレルギー除去対象食品です)			月 平 均 栄 養 価		エネルギー 567 kcal 脂 質 20.6 g	タンパク質 22.9 g 食塩相当量 2.7 g

主)…主食 汁)…汁物 菜)…主菜 副)…副菜 果)…果物