





令和8年6月 さくらの木保育園 献立表



・1.2歳児は午前中に牛乳を飲みます。
 ・材料等の都合で献立作が変更することがありますのでご了承ください。
 詳しくはサンプルケースをご覧ください。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
1 ・ 15 (月)	ごはん ・ 生揚げのケチャップ煮 ゆで野菜 わかめスープ りんご	・米 ・豚肉 生揚げ 玉葱 人参 じゃが芋 しめじ 昆布鰹節 ケチャップ 酢 三温糖 しょうゆ 塩 片栗粉 油 ・キャベツ 人参 ・わかめ 長葱 昆布鰹節 塩 しょうゆ 胡麻油 ほうれん草 ・りんご	牛乳 ジャムパイ ・パイシート ブルーベリージャム 粉糖 イチゴジャム	エネルギー 563kcal たんぱく質 18.7g
2 ・ 16 (火)	ロールパン ・ 鰹のバジルフライ 南瓜のデリ風サラダ 春雨スープ すいか	■ロールパン ・鰹 塩 小麦粉 パン粉 油 ソース バジル粉 ・南瓜 きゅうり ハム 酢 三温糖 塩 油 ・春雨 人参 長葱 昆布鰹節 塩 しょうゆ ・すいか	牛乳 おかかチーズ Pasta スパゲティ バター しめじ 玉葱 みりん しょうゆ チーズ 青のり 鰹節	エネルギー 527kcal たんぱく質 26.2g
3 ・ 17 (水)	ごはん ・ ゆかりつくね ちくわと小松菜の磯辺和え 味噌汁 メロン	・米 ・鶏肉 豆腐 れんこん パン粉 ゆかり マヨネーズ チーズ 油 塩 片栗粉 ・ちくわ 小松菜 人参 海苔 しょうゆ 鰹節 ・玉葱 じゃが芋 さやえんどう 油揚げ 煮干し 味噌 ・メロン	牛乳 あじさいマフィン 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 バター 牛乳 むらさき芋パウダー 桜パウダー 生クリーム クリームチーズ	エネルギー 567kcal たんぱく質 21.3g
4 ・ 18 (木)	鶏南蛮 うの花 三色サラダ オレンジ	・ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 長ねぎ 小松菜 昆布鰹節 みりん 塩 しょうゆ 片栗粉 ・おから 油揚げ 人参 しめじ 長ねぎ 三温糖 しょうゆ 酒 みりん さやえんどう ・ブロッコリー トマト そら豆 塩 酢 油 三温糖 粉チーズ ・オレンジ	牛乳 チャーハン 米 豚肉 玉葱 人参 油 しょうゆ 塩 チンゲン菜	エネルギー 554kcal たんぱく質 20.2g
5 ・ 19 (金)	ごはん ・ ブルコギ もやしのナムル 味噌汁 すいか	・米 ・豚肉 にんにく 片栗粉 胡麻油 人参 玉葱 長ねぎ なら 片栗粉 胡麻 しょうゆ 三温糖 酒 ・もやし 人参 小松菜 酢 三温糖 しょうゆ 胡麻油 ・豆腐 わかめ 長ねぎ 味噌 煮干し ・すいか	麦茶 しらすトースト ■食パン 小松菜 しらす干し バター チーズ	エネルギー 540kcal たんぱく質 22.2g
6 ・ 20 (土)	味噌バターラーメン ・ ほうれん草のおかか和え トマト りんご	・ゆで中華麺 豚肉 コーン缶 玉葱 なら 人参 もやし バター 味噌 みりん しょうゆ 塩 鰹節 ・ほうれん草 鰹節 しょうゆ ・トマト ・りんご	牛乳 せんべい クラッカー	エネルギー 507kcal たんぱく質 18.8g
8 ・ 22 (月)	ごはん ・ のり塩唐揚げ ひじきとえのきの酢和え 味噌汁 オレンジ	・米 ・鶏肉 生姜 にんにく 酒 片栗粉 油 青のり 塩 ・ひじき えのき 人参 いんげん 三温糖 酢 しょうゆ ・キャベツ 玉葱 小松菜 煮干し 味噌 ・オレンジ	牛乳 カエル蒸しパン 小麦粉 ベーキングパウダー 三温糖 牛乳 抹茶 ココア	エネルギー 527kcal たんぱく質 21.5g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
9 ・ 23 (火)	ぶどうパン 焼きキャベツメンチ 人参のさっぱり煮 オクラのおかか和え 味噌汁 すいか	■ぶどうパン ・豚肉 玉葱 キャベツ マヨネーズ 塩 こしょう 片栗粉 パン粉 油 ケチャップ ソース バター ・人参 三温糖 酢 塩 オリーブ油 ・オクラ 鰹節 しょうゆ ・南瓜 玉葱 ほうれん草 味噌 煮干し ・すいか	麦茶 青じそそぼろおにぎり 米 鶏肉 味噌 三温糖 みりん 大葉 胡麻油	エネルギー 555kcal たんぱく質 21.2g
10 ・ 24 (水)	ごはん 鮭の西京焼き 大豆の五目煮 けんちん汁 りんご	・米 ・鮭 味噌 みりん 三温糖 しょうゆ ・大豆 ごぼう れんこん こんにゃく 刻み昆布 鰹節 三温糖 しょうゆ みりん 酒 小松菜 ・大根 人参 豆腐 油揚げ 長ねぎ 昆布鰹節 しょうゆ 塩 ・りんご	牛乳 コーンポテト春巻き じゃが芋 玉葱 ベーコン コーン缶 マヨネーズ 塩 春巻きの皮 油	エネルギー 536kcal たんぱく質 24.0g
11 ・ 25 (木)	冷やし中華 野菜の揚げ煮 トマト メロン	・生中華麺 焼き豚 人参 きゅうり コーン缶 中華だれ ・南瓜 アスパラ 玉葱 茄子 しらす干し 油 三温糖 しょうゆ ・トマト ・メロン	牛乳 かたつむりクッキー 小麦粉 バター 三温糖 ココア	エネルギー 566kcal たんぱく質 16.6g
12 (金) ・ 29 (月)	ごはん 回鍋肉 きゅうりの中華和え 冬瓜スープ りんご	・米 ・豚肉 キャベツ 筍 人参 ピーマン にんにく 生姜 油 酒 しょうゆ 三温糖 味噌 ・きゅうり 胡麻油 しょうゆ 三温糖 ・冬瓜 ベーコン 昆布鰹節 塩 しょうゆ ・りんご	牛乳 ホットドッグ ■コッペパン ウインナー キャベツ きゅうり ケチャップ	エネルギー 554kcal たんぱく質 22.6g
13 ・ 27 (土)	ロールパン タンドリーチキン アスパラガスのソテー 牛乳 オレンジ	■ロールパン ・鶏肉 玉葱 塩 しょうゆ にんにく カレー粉 ヨーグルト ・アスパラガス 人参 じゃが芋 オリーブ油 塩 ・牛乳 ・オレンジ	牛乳 ●クッキー せんべい	エネルギー 537kcal たんぱく質 23.7g
30 (火)	トマトチーズカレー あじさいサラダ もやしスープ オレンジ 	・米 豚肉 玉葱 人参 トマト缶 ケチャップ ソース 塩 三温糖 油 バター 小麦粉 カレー粉 生姜 にんにく チーズ ・カリフラワー レッドキャベツ 人参 コーン缶 塩 酢 こしょう オリーブ油 ・もやし チンゲンサイ 長ねぎ 昆布鰹節 塩 しょうゆ ・オレンジ	牛乳 焼きとうもろこし とうもろこし しょうゆ バター	エネルギー 542kcal たんぱく質 19.8g
26 (金) 誕生 会 	梅ごはん 餃子 春雨サラダ すまし汁 すいか	・米 塩 昆布 人参 梅干し 胡麻 ・豚肉 キャベツ たら 塩 餃子の皮 油 しょうゆ ・春雨 ハム きゅうり 人参 酢 しょうゆ 三温糖 胡麻油 ・麩 みつば しめじ 昆布鰹節 しょうゆ 塩 ・すいか	オレンジジュース シフォンケーキ 卵 グラニュー糖 塩 油 小麦粉 ベーキングパウダー 生クリーム 三温糖 ブルーベリージャム	エネルギー 520kcal たんぱく質 14.2g