



2026年6月 浜寺太陽幼稚園メニュー（1号・2号）



※そば・落花生のに入った食材は使用しておりません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き			
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他
1	月	和風ミートローフ 人参と白菜のごま和え ごはん 油揚げと小松菜の味噌汁 フルーツ（黄桃）	パン粉・油・砂糖・でん粉 白ごま 米(国産)	鶏ひき肉・豚ひき肉・大豆たんぱく・牛乳 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ひじき・グリーンピース 人参・白菜 ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし
2	火	白身魚フライ ミックスサラダ ロールパン 大根とコーンのスープ フルーツ（オレンジ）	油 油・砂糖 ロールパン	白身魚フライ	ブロッコリー・キャベツ・人参 大根・コーン オレンジ	中濃ソース 醤油・酢 コンソメ
3	水	グリルチキン 納豆和え ごはん もやしと人参のスープ フルーツ（白桃）	油 米(国産)	鶏肉 納豆	にんにく オクラ・にんにく・塩昆布 太もやし・人参 白桃(缶詰)	塩・醤油・料理酒 醤油 コンソメ
4	木	きざみきつねうどん ウィンナーと野菜のソテー フルーツ（バナナ）	うどん・砂糖 油	油揚げ ウィンナー	わかめ・人参・大根・青ねぎ キャベツ・コーン・ピーマン バナナ	和風だし・醤油・だし・白だし コンソメ
5	金	豚肉の甘辛煮 ツナとレンコンのサラダ 麦入り菜飯ごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	つきこんにゃく・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	豚肉 ツナフレーク 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・白菜 れんこん・赤ピーマン 菜めしの素 小松菜 みかん(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし
8	月	鶏肉の生姜炒め オクラとカリフラワーの和え物 ごはん お麩とほうれん草の味噌汁 フルーツ（白桃）	油 米(国産) おつゆ麩	鶏肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参 オクラ・カリフラワー ほうれん草 白桃(缶詰)	生姜焼のたれ 醤油・本みりん・和風だし だし
9	火	アジの梅マヨネーズ焼 切干大根の煮物 ごはん もやしとわかめの味噌汁 フルーツ（みかん）	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 太もやし・わかめ みかん(缶詰)	塩・ゆかり 和風だし・醤油・料理酒 だし
10	水	メンチカツ ほうれん草と白菜のお浸し ごはん 玉ねぎとブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油 米(国産)	メンチカツ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ
11	木	スパゲティナポリタン さっぱりサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	ウィンナー	玉ねぎ・ピーマン・トマトピューレ 小松菜・人参・キャベツ・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)	塩・トマトケチャップ・コンソメ 酢・塩・醤油
12	金	鶏肉と野菜のスタミナ丼 はるさめスープ フルーツ（オレンジ）	米(国産)・押麦・油・砂糖 緑豆春雨	鶏ひき肉	太もやし・玉ねぎ・人参・さやいんげん ほうれん草 オレンジ	和風だし・醤油・料理酒・本みりん・焼肉のたれ 鶏がらスープ
15	月	ミートボールの甘酢あん コールスローサラダ ごはん わかめと白菜の中華スープ フルーツ（白桃）	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 米(国産)	肉団子	玉ねぎ・人参 きゅうり・キャベツ・コーン わかめ・白菜 白桃(缶詰)	酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 塩・酢 鶏がらスープ
16	火	鶏肉のカレー風味焼 ひじき煮 ごはん 大根とほうれん草のスープ フルーツ（みかん）	でん粉・油 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	しょうが ひじき・人参・グリーンピース 大根・ほうれん草 みかん(缶詰)	醤油・料理酒・カレーパウダー 和風だし・醤油・本みりん コンソメ
17	水	白身魚のみそ照焼 マロニーサラダ ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖・油 マロニー・油・砂糖・ごま油 米(国産) 花麩	たら・白みそ 豆腐	人参・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	本みりん・料理酒 醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん・塩
18	木	冷やしうどん ポテトフライ フルーツ（バナナ）	うどん ポテトフライ・油	蒸し鶏(ほぐし)	きゅうり・コーン・わかめ あおさのり バナナ	つゆ 塩
19	金	中華丼 焼かぼちゃ オレンジゼリー	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 オレンジゼリーの素	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ みかん(缶詰)	鶏がらスープ・本みりん・料理酒・醤油・塩 塩
22	月	牛肉コロッケ ツナとブロッコリーのサラダ ごはん 人参と大根のスープ フルーツ（白桃）	牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	ツナフレーク	ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン 人参・大根 白桃(缶詰)	酢・塩 コンソメ
23	火	アジの甘辛焼 サイコロ高野の煮物 わかめごはん お麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産) おつゆ麩	あじ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが 人参・グリーンピース わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし
★	水	フライドチキン ビーフンサラダ ピラフ 白菜と玉ねぎのスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 ビーフン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが 黄ピーマン・ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ 白菜・玉ねぎ 黄桃(缶詰)	塩・鶏がらスープ 醤油 コンソメ・塩 コンソメ
25	木	醤油ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油	豚肉 ギョーザ	人参・小松菜・キャベツ バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ ぼん酢
26	金	チキンカレー コーンサラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖	鶏肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 コーン・ブロッコリー・白菜 フルーツカクテル(缶詰)	カレールー トマトケチャップ・コンソメ
29	月	豚肉うどん 平天と人参のさっぱり和え フルーツ（みかん）	うどん 砂糖	豚肉 平天	大根・ごぼう・玉ねぎ・小松菜 人参・キャベツ みかん(缶詰)	だし・白だし 酢・醤油・本みりん
30	火	ハンバーグバーベキューソース ひじき豆 ごはん 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 フルーツ（黄桃）	油 砂糖 米(国産)	ハンバーグ 大豆 赤みそ・白みそ	トマトピューレ ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	本みりん・中濃ソース・トマトケチャップ 和風だし・醤油・本みりん だし

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

 スプーンマークがある日はスプーンを持参して下さい。

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
平均栄養価	352kcal	12.7g	7.6g	58mg

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2026年6月 浜寺太陽幼稚園メニュー（3号）



※そば・落花生のあった食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	
1	月	和風ミートローフ 人参と白菜のごま和え ごはん 油揚げと小松菜の味噌汁 フルーツ（黄桃）	パン粉・油・砂糖・でん粉 白ごま 米(国産)	鶏ひき肉・豚ひき肉・大豆たんぱく・牛乳	玉ねぎ・ひじき・グリーンピース 人参・白菜 ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	
2	火	白身魚フライ ミックスサラダ ロールパン 大根とコーンのスープ フルーツ（オレンジ）	油 油・砂糖 ロールパン	白身魚フライ	ブロッコリー・キャベツ・人参 大根・コーン オレンジ	中濃ソース 醤油・酢 コンソメ	
3	水	グリルチキン 納豆和え ごはん もやしと人参のスープ フルーツ（白桃）	油 米(国産)	鶏肉 納豆	にんにく オクラ・にんにく・塩昆布 太もやし・人参 白桃(缶詰)	塩・醤油・料理酒 醤油 コンソメ	
4	木	きざみきつねうどん ウインナーと野菜のソテー フルーツ（バナナ）	うどん・砂糖 油	油揚げ ウインナー	わかめ・人参・大根・青ねぎ キャベツ・コーン・ピーマン バナナ	和風だし・醤油・だし・白だし コンソメ	
5	金	豚肉の甘辛煮 ツナとレンコンのサラダ 麦入り菜飯ごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	つきこんにゃく・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	豚肉 ツナフレーク 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・白菜 れんこん・赤ピーマン 菜めしの素 小松菜 みかん(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	
8	月	鶏肉の生姜炒め オクラとカリフラワーの和え物 ごはん お麩とほうれん草の味噌汁 フルーツ（白桃）	油 米(国産) おつゆ麩	鶏肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参 オクラ・カリフラワー ほうれん草 白桃(缶詰)	生姜焼のたれ 醤油・本みりん・和風だし だし	
9	火	アジの梅マヨネーズ焼 切干大根の煮物 ごはん もやしとわかめの味噌汁 フルーツ（みかん）	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 太もやし・わかめ みかん(缶詰)	塩・ゆかり 和風だし・醤油・料理酒 だし	
10	水	メンチカツ ほうれん草と白菜のお浸し ごはん 玉ねぎとブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油 米(国産)	メンチカツ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
11	木	スパゲティナポリタン さっぱりサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	ウインナー	玉ねぎ・ピーマン・トマトピューレ 小松菜・人参・キャベツ・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)	塩・トマトケチャップ・コンソメ 酢・塩・醤油	
12	金	鶏肉と野菜のスタミナ丼 はるさめスープ フルーツ（オレンジ）	米(国産)・押麦・油・砂糖 緑豆春雨	鶏ひき肉	太もやし・玉ねぎ・人参・さやいんげん ほうれん草 オレンジ	和風だし・醤油・料理酒・本みりん・焼肉のたれ 鶏がらスープ	
15	月	ミートボールの甘酢あん コールスローサラダ ごはん わかめと白菜の中華スープ フルーツ（白桃）	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 米(国産)	肉団子	玉ねぎ・人参 きゅうり・キャベツ・コーン わかめ・白菜 白桃(缶詰)	酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 塩・酢 鶏がらスープ	
16	火	鶏肉のカレー風味焼 ひじき煮 ごはん 大根とほうれん草のスープ フルーツ（みかん）	でん粉・油 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	しょうが ひじき・人参・グリーンピース 大根・ほうれん草 みかん(缶詰)	醤油・料理酒・カレーパウダー 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
17	水	白身魚のみそ照焼 マロニーサラダ ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖・油 マロニー・油・砂糖・ごま油 米(国産) 花麩	たら・白みそ 豆腐	人参・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	本みりん・料理酒 醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
18	木	冷やしうどん ポテトフライ フルーツ（バナナ）	うどん ポテトフライ・油	蒸し鶏(ほぐし)	きゅうり・コーン・わかめ あおさのり バナナ	つゆ 塩	
19	金	中華丼 焼かぼちゃ オレンジゼリー	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 オレンジゼリーの素	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ みかん(缶詰)	鶏がらスープ・本みりん・料理酒・醤油・塩 塩	
22	月	牛肉コロッケ ツナとブロッコリーのサラダ ごはん 人参と大根のスープ フルーツ（白桃）	牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	ツナフレーク	ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン 人参・大根 白桃(缶詰)	酢・塩 コンソメ	
23	火	アジの甘辛焼 サイコロ高野の煮物 わかめごはん お麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産) おつゆ麩	あじ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが 人参・グリーンピース わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし	
24	水	フライドチキン ビーフンサラダ ピラフ 白菜と玉ねぎのスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 ビーフン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが 黄ピーマン・ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ 白菜・玉ねぎ 黄桃(缶詰)	塩・鶏がらスープ 醤油 コンソメ・塩 コンソメ	
25	木	醤油ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油	豚肉 ギョーザ	人参・小松菜・キャベツ バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ ほん酢	
26	金	チキンカレー コーンサラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖	鶏肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 コーン・ブロッコリー・白菜 フルーツカクテル(缶詰)	カレールー トマトケチャップ・コンソメ	
29	月	豚肉うどん 平天と人参のさっぱり和え フルーツ（みかん）	うどん 砂糖	豚肉 平天	大根・ごぼう・玉ねぎ・小松菜 人参・キャベツ みかん(缶詰)	だし・白だし 酢・醤油・本みりん	
30	火	ハンバーグバーベキューソース ひじき豆 ごはん 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 フルーツ（黄桃）	油 砂糖 米(国産)	ハンバーグ 大豆 赤みそ・白みそ	トマトピューレ ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	本みりん・中濃ソース・トマトケチャップ 和風だし・醤油・本みりん だし	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	379kcal	12.9g	8.9g	92mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

月 = マンナビスケット 火 = ソフトせんべい
水 = マンナウエハース 木 = やわらかおかき(のり塩)
金 = 星たべよ 全種類 卵 を含まないお菓子です

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。



2026年6月 浜寺太陽幼稚園メニュー（1号）おひさま組



※そば・落花生のあった食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	
1	月	和風ミートローフ 人参と白菜のごま和え ごはん 油揚げと小松菜の味噌汁 フルーツ（黄桃）	パン粉・油・砂糖・でん粉 白ごま 米(国産)	鶏ひき肉・豚ひき肉・大豆たんぱく・牛乳 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ひじき・グリーンピース 人参・白菜 ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	
2	火	白身魚フライ ミックスサラダ ロールパン 大根とコーンのスープ フルーツ（オレンジ）	油・砂糖 ロールパン	白身魚フライ	ブロッコリー・キャベツ・人参 大根・コーン オレンジ	中濃ソース 醤油・酢 コンソメ	
3	水	グリルチキン 納豆和え ごはん もやしと人参のスープ フルーツ（白桃）	油 米(国産)	鶏肉 納豆	にんにく オクラ・にんにく・塩昆布 太もやし・人参 白桃(缶詰)	塩・醤油・料理酒 醤油 コンソメ	
4	木	きざみきつねうどん ウィンナーと野菜のソテー フルーツ（バナナ）	うどん・砂糖 油	油揚げ ウィンナー	わかめ・人参・大根・青ねぎ キャベツ・コーン・ピーマン バナナ	和風だし・醤油・だし・白だし コンソメ	
5	金	豚肉の甘辛煮 ツナとレンコンのサラダ 麦入り菜飯ごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	つきこんにやく・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	豚肉 ツナフレーク 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・白菜 れんこん・赤ピーマン 菜めしの素 小松菜 みかん(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	
8	月	鶏肉の生姜炒め オクラとカリフラワーの和え物 ごはん お蕎麦とほうれん草の味噌汁 フルーツ（白桃）	油 米(国産) おつゆ麩	鶏肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参 オクラ・カリフラワー ほうれん草 白桃(缶詰)	生姜焼のたれ 醤油・本みりん・和風だし だし	
9	火	アジの梅マヨネーズ焼 切干大根の煮物 ごはん もやしとわかめの味噌汁 フルーツ（みかん）	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) つきこんにやく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ 赤みそ・白みそ	切干大根・人参 太もやし・わかめ みかん(缶詰)	塩・ゆかり 和風だし・醤油・料理酒 だし	
10	水	メンチカツ ほうれん草と白菜のお浸し ごはん 玉ねぎとブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油 米(国産)	メンチカツ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	中濃ソース 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
11	木	スパゲティナポリタン さっぱりサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	ウィンナー	玉ねぎ・ピーマン・トマトピューレ 小松菜・人参・キャベツ・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)	塩・トマトケチャップ・コンソメ 酢・塩・醤油	
12	金	鶏肉と野菜のスタミナ丼 はるさめスープ フルーツ（オレンジ）	米(国産)・押麦・油・砂糖 緑豆春雨	鶏ひき肉	太もやし・玉ねぎ・人参・さやいんげん ほうれん草 オレンジ	和風だし・醤油・料理酒・本みりん・焼肉のたれ 鶏がらスープ	
15	月	ミートボールの甘酢あん コーンスローサラダ ごはん わかめと白菜の中華スープ フルーツ（白桃）	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 米(国産)	肉団子	玉ねぎ・人参 きゅうり・キャベツ・コーン わかめ・白菜 白桃(缶詰)	酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 塩・酢 鶏がらスープ	
16	火	鶏肉のカレー風味焼 ひじき煮 ごはん 大根とほうれん草のスープ フルーツ（みかん）	でん粉・油 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	しょうが ひじき・人参・グリーンピース 大根・ほうれん草 みかん(缶詰)	醤油・料理酒・カレーパウダー 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
17	水	白身魚のみそ照焼 マロニーサラダ ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖・油 マロニー・油・砂糖・ごま油 米(国産) 花麩	たら・白みそ 豆腐	人参・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	本みりん・料理酒 醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
18	木	冷やしうどん ポテトフライ フルーツ（バナナ）	うどん ポテトフライ・油	蒸し鶏(ほぐし)	きゅうり・コーン・わかめ あおさのり バナナ	つゆ 塩	
19	金	中華丼 焼かぼちゃ オレンジゼリー	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 オレンジゼリーの素	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ みかん(缶詰)	鶏がらスープ・本みりん・料理酒・醤油・塩 塩	
22	月	牛肉コロッケ ツナとブロッコリーのサラダ ごはん 人参と大根のスープ フルーツ（白桃）	牛肉コロッケ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	ツナフレーク	ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン 人参・大根 白桃(缶詰)	酢・塩 コンソメ	
23	火	アジの甘辛焼 サイコロ高野の煮物 わかめごはん お蕎麦と小松菜の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産) おつゆ麩	あじ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが 人参・グリーンピース わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし	
24	★水	フライドチキン ビーフンサラダ ピラフ 白菜と玉ねぎのスープ プリンアラモード	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)・でん粉・油 ビーフン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	にんにく・しょうが 黄ピーマン・ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ 白菜・玉ねぎ 黄桃(缶詰)	塩・鶏がらスープ 醤油 コンソメ・塩 コンソメ	
25	木	醤油ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油	豚肉 ギョーザ	人参・小松菜・キャベツ バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ ほん酢	
26	金	チキンカレー コーンサラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖	鶏肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 コーン・ブロッコリー・白菜 フルーツカクテル(缶詰)	カレールー トマトケチャップ・コンソメ	
29	月	豚肉うどん 平天と人参のさっぱり和え フルーツ（みかん）	うどん 砂糖	豚肉 平天	大根・ごぼう・玉ねぎ・小松菜 人参・キャベツ みかん(缶詰)	だし・白だし 酢・醤油・本みりん	
30	火	ハンバーグバーベキューソース ひじき豆 ごはん 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 フルーツ（黄桃）	油 砂糖 米(国産)	ハンバーグ 大豆 赤みそ・白みそ	トマトピューレ ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	本みりん・中濃ソース・トマトケチャップ 和風だし・醤油・本みりん だし	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。			平均栄養価	352kcal	12.7g	7.6g	58mg

☆ 栄養価は、昼食のみの表記となっております。



2026年6月 浜寺太陽幼稚園 午後おやつメニュー（3号・完了期）



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

日付	曜日	献立	材料
1	月	マスカットフルーツゼリー 牛乳	マスカットゼリーの素 みかん(缶詰) 牛乳
2	火	ツナマヨおにぎり 牛乳	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・醤油 牛乳
3	水	ヨーグルトマフィン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖 ヨーグルト・油 牛乳
4	木	そばろおにぎり 牛乳	米(国産)・鶏ひき肉・油 醤油・砂糖・本みりん 牛乳
5	金	ふわふわおさつクッキー 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐・さつま芋 牛乳
8	月	かぼちゃ豆乳蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 豆乳・かぼちゃ 牛乳
9	火	フルーツ寒天 牛乳	寒天・砂糖 フルーツカクテル(缶詰) 牛乳
10	水	キャロットパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・豆腐 豆乳・油・人参 牛乳
11	木	昆布おにぎり 牛乳	米(国産) 塩昆布 牛乳
12	金	きなこシュガートースト 牛乳	食パン・マーガリン 砂糖・きな粉 牛乳
15	月	さつま芋マフィン 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・マーガリン 豆乳・さつま芋 牛乳
16	火	ぶどうフルーツゼリー 牛乳	ぶどうゼリーの素 白桃(缶詰) 牛乳
17	水	みたらしまカロニ 牛乳	マカロニ・砂糖 醤油・でん粉 牛乳
18	木	大豆おにぎり 牛乳	米(国産)・大豆・醤油 本みりん・料理酒・和風だし 牛乳
19	金	カレー蒸しパン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・カレーパウダー・砂糖 豆乳・油・ウインナー 牛乳
22	月	スイートポテト 牛乳	さつま芋・マーガリン 砂糖・油 牛乳
23	火	バナナパンケーキ 牛乳	ホットケーキミックス・砂糖・豆腐 豆乳・油・バナナ 牛乳
24	水	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
25	木	菜飯おにぎり 牛乳	米(国産) 菜めしの素 牛乳
26	金	お麩のシュガーラスク 牛乳	おつゆ麩・マーガリン グラニュー糖 牛乳
29	月	わかめおにぎり 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 牛乳
30	火	きなこ蒸しパン 牛乳	小麦粉・きな粉・ベーキングパウダー 砂糖・豆乳・油 牛乳
栄養価平均値			エネルギー168kcal たんぱく質4.6g 脂質5.3g カルシウム92mg

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

※午後おやつには全日、無調整牛乳70ccを飲みます。



2026年6月 浜寺太陽幼稚園メニュー（完了期）



※そば・落花生のあった食材は使用していません。

★の日はお楽しみメニュー

日付	曜日	献立名	主な材料と体内での働き				
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	その他	
1	月	和風ミートローフ 人参と白菜のごま和え ごはん 油揚げと小松菜の味噌汁 フルーツ（黄桃）	パン粉・油・砂糖・でん粉 白ごま 米(国産)	鶏ひき肉・豚ひき肉・大豆たんぱく・牛乳 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・ひじき・グリーンピース 人参・白菜 ほうれん草 黄桃(缶詰)	塩・だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし	
2	火	白身魚の旨煮 ミックスサラダ ロールパン 大根とコーンのスープ フルーツ（オレンジ）	砂糖 油・砂糖 ロールパン	たら	しょうが ブロッコリー・キャベツ・人参 大根・コーン オレンジ	ウスターソース・醤油・料理酒 醤油・酢 コンソメ	
3	水	グリルチキン 納豆和え ごはん もやしと人参のスープ フルーツ（白桃）	油 米(国産)	鶏肉 納豆	にんにく オクラ・にんにく・塩昆布 太もやし・人参 白桃(缶詰)	塩・醤油・料理酒 醤油 コンソメ	
4	木	きざみきつねうどん ウィンナーと野菜のソテー フルーツ（バナナ）	うどん・砂糖 油	油揚げ ウィンナー	わかめ・人参・大根・青ねぎ キャベツ・コーン・ピーマン バナナ	和風だし・醤油・だし・白だし コンソメ	
5	金	豚肉の甘辛煮 ツナとレンコンのサラダ 麦入り菜飯ごはん 豆腐と小松菜の味噌汁 フルーツ（みかん）	つきこんにゃく・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)・押麦	豚肉 ツナフレーク 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやいんげん・白菜 れんこん・赤ピーマン 菜めしの素 小松菜 みかん(缶詰)	和風だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし	
8	月	鶏肉の生姜炒め オクラとカリフラワーの和え物 ごはん お麩とほうれん草の味噌汁 フルーツ（白桃）	油 米(国産) おつゆ麩	鶏肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参 オクラ・カリフラワー ほうれん草 白桃(缶詰)	生姜焼のたれ 醤油・本みりん・和風だし だし	
9	火	アジの梅マヨネーズ焼 切干大根の煮物 ごはん もやしとわかめの味噌汁 フルーツ（みかん）	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) つきこんにゃく・油・砂糖 米(国産)	あじ 油揚げ	切干大根・人参 太もやし・わかめ みかん(缶詰)	塩・ゆかり 和風だし・醤油・料理酒 だし	
10	水	照焼ハンバーグ ほうれん草と白菜のお浸し ごはん 玉ねぎとブロッコリーのスープ フルーツ（黄桃）	油・砂糖・でん粉 米(国産)	ハンバーグ	ほうれん草・白菜・人参 玉ねぎ・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん・料理酒 醤油・本みりん・和風だし コンソメ	
11	木	スパゲティナポリタン さっぱりサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・油 砂糖・オリーブ油 青りんごゼリーの素・砂糖	ウィンナー	玉ねぎ・ピーマン・トマトピューレ 小松菜・人参・キャベツ・レモン果汁 白桃(缶詰)・みかん(缶詰)	塩・トマトケチャップ・コンソメ 酢・塩・醤油	
12	金	鶏肉と野菜のスタミナ丼 はるさめスープ フルーツ（オレンジ）	米(国産)・押麦・油・砂糖 緑豆春雨	鶏ひき肉	太もやし・玉ねぎ・人参・さやいんげん ほうれん草 オレンジ	和風だし・醤油・料理酒・本みりん・焼肉のたれ 鶏がらスープ	
15	月	ミートボールの甘酢あん コールスローサラダ ごはん わかめと白菜の中華スープ フルーツ（白桃）	油・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用)・砂糖 米(国産)	肉団子	玉ねぎ・人参 きゅうり・キャベツ・コーン わかめ・白菜 白桃(缶詰)	酢・醤油・トマトケチャップ・鶏がらスープ 塩・酢 鶏がらスープ	
16	火	鶏肉のカレー風味焼 ひじき煮 ごはん 大根とほうれん草のスープ フルーツ（みかん）	でん粉・油 砂糖 米(国産)	鶏肉 油揚げ	しょうが ひじき・人参・グリーンピース 大根・ほうれん草 みかん(缶詰)	醤油・料理酒・カレーパウダー 和風だし・醤油・本みりん コンソメ	
17	水	白身魚のみそ照焼 マロニーサラダ ごはん 花麩のすまし汁 フルーツ（黄桃）	砂糖・油 マロニー・油・砂糖・ごま油 米(国産) 花麩	たら・白みそ 豆腐	人参・ブロッコリー 黄桃(缶詰)	本みりん・料理酒 醤油・酢・本みりん だし・醤油・本みりん・塩	
18	木	冷やしうどん 蒸さつま芋 フルーツ（バナナ）	うどん さつま芋	蒸し鶏(ほぐし)	きゅうり・コーン・わかめ バナナ	つゆ	
19	金	中華丼 焼かぼちゃ オレンジゼリー	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 オレンジゼリーの素	豚肉	白菜・玉ねぎ・人参・さやいんげん かぼちゃ みかん(缶詰)	鶏がらスープ・本みりん・料理酒・醤油・塩 塩	
22	月	肉団子のケチャップ煮 ツナとブロッコリーのサラダ ごはん 人参と大根のスープ フルーツ（白桃）	油・砂糖・でん粉 砂糖・オリーブ油 米(国産)	肉団子 ツナフレーク	ブロッコリー・キャベツ・赤ピーマン 人参・大根 白桃(缶詰)	トマトケチャップ・醤油・ウスターソース 酢・塩 コンソメ	
23	火	アジの甘辛焼 サイコロ高野の煮物 わかめごはん お麩と小松菜の味噌汁 フルーツ（オレンジ）	砂糖・油 砂糖 米(国産) おつゆ麩	あじ 凍り豆腐 赤みそ・白みそ	しょうが 人参・グリーンピース わかめご飯の素 小松菜 オレンジ	醤油・料理酒 和風だし・醤油・料理酒 だし	
24	★水	鶏肉の照焼 ビーフンサラダ ピラフ 白菜と玉ねぎのスープ プリンアラモード	油・砂糖 ビーフン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) プリン(豆乳クリーム入)・ホイップクリーム	鶏肉	黄ピーマン・ブロッコリー・人参 コーン・ドライパセリ 白菜・玉ねぎ 黄桃(缶詰)	醤油・本みりん 醤油 コンソメ・塩 コンソメ	
25	木	醤油ラーメン 焼ギョーザ フルーツ（バナナ）	ラーメン・油 油	豚肉 ギョーザ	人参・小松菜・キャベツ バナナ	醤油・鶏がらスープ・塩・醤油ラーメンスープ ほん酢	
26	金	チキンカレー コーンサラダ フルーツヨーグルト	米(国産)・押麦・じゃが芋・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 砂糖	鶏肉 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 コーン・ブロッコリー・白菜 フルーツカクテル(缶詰)	カレールウ トマトケチャップ・コンソメ	
29	月	豚肉うどん 平天と人参のさっぱり和え フルーツ（みかん）	うどん 砂糖	豚肉 平天	大根・ごぼう・玉ねぎ・小松菜 人参・キャベツ みかん(缶詰)	だし・白だし 酢・醤油・本みりん	
30	火	ハンバーグバーベキューソース ひじき豆 ごはん 玉ねぎとほうれん草の味噌汁 フルーツ（黄桃）	油 砂糖 米(国産)	ハンバーグ 大豆 赤みそ・白みそ	トマトピューレ ひじき・人参・グリーンピース 玉ねぎ・ほうれん草 黄桃(缶詰)	本みりん・中濃ソース・トマトケチャップ 和風だし・醤油・本みりん だし	
			栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
			平均栄養価	367kcal	13.1g	8.1g	96mg

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

月 = マンナビスケット 火 = ソフトせんべい
水 = マンナウエハース 木 = やわらかおかき(のり塩)
金 = 星たべよ 全種類 卵 を含まないお菓子です

☆ 栄養価は、午前おやつ・昼食を合わせた表記となっております。