



# こんだてびょう

令和8年6月1日 王司保育園 3歳未満児クラス



季節の変わり目で体力が落ちてくる梅雨に入ります。この時期は食中毒に注意しましょう。  
菌が増えても、食品の味や風味の変化に気づかずに食べてしまいがちです。

①しっかり加熱、②できたらすぐに食べる、③冷蔵庫で保存するなど、食品管理に気をつけてください。



| 日  | 曜 | 献立名                                    | 主な材料   | 10時のおやつ    | 3時のおやつ         |
|----|---|--|--|------------|----------------|
| 1  | 月 | 吉田なすの麻婆丼 豆腐のすまし汁 トマトのシーザー風             | なす 豚ミンチ 玉ねぎ にんじん 生しいたけ いらしょうが サラダ油 濃口しょうゆ 米味噌 上白糖 清酒 片栗粉 ごま油 いらごま 昆布 かつお節 木綿豆腐 カットわかめ 小ねぎ トマト シーチキン水煮 パルメザンチーズ サウザンドレッシング きゅうり | 牛乳 菓子      | 牛乳 バームクーヘン     |
| 2  | 火 | ナポリタン 野菜スープ オレンジ                       | スパゲッティ ベーコン 玉ねぎ にんじん 青ピーマン マッシュルーム水煮 たらこ サラダ油 トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース パルメザンチーズ バセリ 固形フィオン ロースハム キャベツ じゃが芋 ネーブル                | りんごジュース 菓子 | カルピス フレンチトースト  |
| 3  | 水 | 豚肉の卵とじ ひじきのサラダ すまし汁                    | 鶏卵 豚もも肉 玉ねぎ ごぼう さやいんげん かつお節 濃口しょうゆ 清酒 みりん 上白糖 干しひじき スイートコーン缶 きゅうり にんじん マヨネーズ 木綿豆腐 ほうれん草 焼きふ 昆布 薄口しょうゆ                          | 牛乳 果物      | 牛乳 クラッカー       |
| 4  | 木 | 白身魚のフライ きゅうりと梅のおかか和え 千切りスープ            | 白身魚 塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 サラダ油 レタス トマト きゅうり 梅びしお ごま油 いらごま ロースハム 玉ねぎ にんじん えのきたけ さやえんどう 固形フィオン                                       | 牛乳 菓子      | お茶 クッキー        |
| 5  | 金 | 汁ビーフン パナナ                              | ビーフン 豚もも肉 キャベツ 玉ねぎ 緑豆もやし にんじん 生しいたけ サラダ油 中華だし 薄口しょうゆ ごま油 塩 こしょう パナナ  | 牛乳 菓子      | 牛乳 ポテトチップ      |
| 8  | 月 | 豚じゃが 青菜と油揚げのごま和え トマトのレモンシロップ漬け         | 豚バラ肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ しらたき サラダ油 さやいんげん 濃口しょうゆ 上白糖 清酒 小松菜 油揚げ いらごま トマト レモン果汁   | 牛乳 菓子      | 牛乳 蒸しパン        |
| 9  | 火 | はんぺんフライ コーンのヨーグルトドレッシングサラダ ほうれん草の豆乳スープ | はんぺん 薄力粉 鶏卵 パン粉 パルメザンチーズ バセリ サラダ油 サラダ菜 スイートコーン缶 きゅうり キャベツ にんじん ヨーグルト マヨネーズ ほうれん草 じゃが芋 玉ねぎ ウィンナー 固形フィオン 豆乳                      | ヤクルト 菓子    | カルピス 2色サンド     |
| 10 | 水 | ポークハヤシライス グリーンサラダ オレンジ                 | 豚もも肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース サラダ油 ハヤシルウ トマトケチャップ ウスターソース キャベツ きゅうり レタス アスパラガス スイートコーン缶 ロースハム ネーブル                         | 牛乳 菓子      | 牛乳 ビスケット       |
| 11 | 木 | スパニッシュオムレツ 切干大根の味噌汁 プリン                | ウィンナー トマト じゃが芋 玉ねぎ さやいんげん 鶏卵 牛乳 塩 こしょう サラダ油 トマトケチャップ レタス 油揚げ 豚肩肉 にんじん 切干大根 なす 麦味噌 小ねぎ プリン                                      | 牛乳 果物      | お茶 せんべい        |
| 12 | 金 | 煮魚 ハムサラダ 味噌汁                           | 白身魚 清酒 濃口しょうゆ みりん 上白糖 玉ねぎ しょうが 小松菜 きゅうり にんじん ロースハム 穀物酢 サラダ油 いらごま 木綿豆腐 じゃが芋 小ねぎ 煮干し 麦味噌   | 牛乳 菓子      | 牛乳 パイ          |
| 15 | 月 | 豆腐チャンプル キャベツのツナマヨ和え もずくスープ             | 焼き豆腐 豚バラ肉 チンゲン菜 緑豆もやし にんじん 鶏卵 サラダ油 ごま油 濃口しょうゆ みりん かつお節 キャベツ きゅうり スイートコーン缶 シーチキン水煮 マヨネーズ もずく えのきたけ 小ねぎ 焼きふ 中華だし 薄口しょうゆ          | 牛乳 菓子      | 牛乳 バームクーヘン     |
| 16 | 火 | レバーのカクテルソース 味噌汁 パナナ                    | 鶏レバー 清酒 しょうが 若鶏もも肉 片栗粉 サラダ油 じゃが芋 ほうれん草 にんじん 大豆水煮 たらこ トマトケチャップ 濃口しょうゆ 中濃ソース 白ワイン 上白糖 レモン果汁 木綿豆腐 白ねぎ カットわかめ 煮干し 麦味噌 パナナ          | スポロン 菓子    | お茶 焼きそば        |
| 17 | 水 | チキンカレー フレンチサラダ フルーツヨーグルト               | 若鶏もも肉 じゃが芋 玉ねぎ にんじん グリンピース サラダ油 カレールウ 薄力粉 スキムミルク 固形フィオン キャベツ きゅうり 赤パプリカ スイートコーン缶 みかん缶 穀物酢 ヨーグルト パナナ 白桃缶 パイン缶                   | 牛乳 菓子      | 牛乳 クラッカー       |
| 18 | 木 | 魚の照り焼き キャベツとコーンのサラダ ポテトスープ             | 白身魚 濃口しょうゆ みりん 上白糖 清酒 しょうが キャベツ スイートコーン缶 きゅうり 玉ねぎ 赤パプリカ サラダ油 穀物酢 じゃが芋 にんじん さやいんげん ベーコン 固形フィオン                                  | 牛乳 果物      | お茶 クッキー        |
| 19 | 金 | 青椒肉絲 中華風豆腐スープ オレンジ                     | 豚肩ロース肉 清酒 濃口しょうゆ 玉ねぎ 青ピーマン たけのこ水煮 たらこ サラダ油 オイスターソース 上白糖 中華だし 片栗粉 ごま油 木綿豆腐 チンゲン菜 緑豆もやし にんじん きくらげ いらごま ネーブル                      | 牛乳 菓子      | 牛乳 ポテトチップ      |
| 22 | 月 | 高野豆腐のあられとじ ポテトサラダ すまし汁                 | 鶏卵 凍り豆腐 若鶏もも肉 玉ねぎ にんじん 生しいたけ かつお節 上白糖 清酒 濃口しょうゆ じゃが芋 きゅうり スイートコーン缶 ロースハム マヨネーズ 小松菜 ふなしめじ 昆布 かつお節 薄口しょうゆ                        | 牛乳 果物      | 牛乳 蒸しパン        |
| 23 | 火 | 鮭ご飯 竜田揚げ ベジスープ フルーツの盛り合わせ              | 紅鮭 いらごま 若鶏もも肉 濃口しょうゆ 片栗粉 サラダ油 トマト レタス じゃが芋 玉ねぎ チンゲン菜 にんじん 固形フィオン 有塩バター パナナ バレンシアオレンジ パイン缶                                      | ヤクルト 菓子    | カルピス メロンパンクッキー |
| 24 | 水 | お子様ビビンバ わかめスープ キューブサラダ                 | 牛ミンチ 濃口しょうゆ 上白糖 緑豆もやし にんじん 小松菜 ごま油 いらごま 鶏卵 サラダ油 カットわかめ 小ねぎ 木綿豆腐 中華だし 清酒 じゃが芋 西洋かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり ヨーグルト マヨネーズ                       | 牛乳 菓子      | 牛乳 ビスケット       |
| 25 | 木 | 魚のムニエル 野菜のポタージュ ゼリー                    | 白身魚 薄力粉 さやいんげん 赤パプリカ ふなしめじ サラダ油 有塩バター クリームコーン缶 玉ねぎ 西洋かぼちゃ じゃが芋 にんじん 牛乳 固形フィオン 塩 こしょう バセリ ゼリー                                   | 牛乳 菓子      | お茶 せんべい        |
| 26 | 金 | 鶏と野菜のうま煮 春雨の酢の物 プリン                    | 若鶏もも肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん たけのこ水煮 たらこ 乾しいたけ さやいんげん サラダ油 中華だし 濃口しょうゆ 片栗粉 緑豆春雨 かに風味かまぼこ きゅうり 緑豆もやし 穀物酢 上白糖 いらごま プリン                     | 牛乳 菓子      | 牛乳 パイ          |
| 29 | 月 | 菜飯 厚揚げのそぼろあんかけ かぼちゃとなすの味噌汁             | しらす干し 小松菜 濃口しょうゆ みりん ごま油 生揚げ 鶏ミンチ にんじん 片栗粉 小ねぎ 煮干し 麦味噌 西洋かぼちゃ なす 木綿豆腐  | 牛乳 菓子      | 牛乳 ドーナツ        |
| 30 | 火 | ミートローフ マカロニスープ フルーツヨーグルト               | 牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ にんじん スイートコーン缶 パン粉 スキムミルク 鶏卵 サラダ油 トマトケチャップ ウスターソース トマト レタス マカロニ ベーコン キャベツ じゃが芋 固形フィオン ヨーグルト パナナ 白桃缶 パイン缶          | 牛乳 菓子      | お茶 クラッカー       |