



6月給食だより



2026年 みどりが丘保育園

日	曜日	AMひよこおやつ	献立	おやつ	
1	月	豆乳・おかし	彩り肉じゃが、ちくわ揚げ、みそ汁、りんご	牛乳・おかし	
2	火	豆乳・おかし	マカロニグラタン、アスパラの和え物、スープ、オレンジ	スキムミルク・焼きチュロス	
3	水	豆乳・おかし	炒り豆腐、きゅうりのチーズサラダ、みそ汁、パイン缶	くだもの	
4	木	★誕生会 豆乳・ホットケーキ	《お弁当の日》	お茶・フルーツサンド	
5	金	豆乳・おかし	鯖の味噌焼き、ポテトサラダ、すまし汁、メロン	スキムミルク・おかし	
6	土		《お弁当の日》	お茶・おかし	
8	月	豆乳・おかし	にら豚、うずらフライ、みそ汁、ゴールドキウイ	牛乳・おかし	
9	火	豆乳・おかし	鶏の豆乳クリーム煮、野菜のポン酢和え、みそ汁、バナナ	スキムミルク・おからカップケーキ	
10	水	豆乳・おかし	小松菜チャンプル、かぼちゃのごまがらめ、みそ汁、黄桃缶	くだもの	
11	木	★スプーン 豆乳・ホットケーキ	サバ缶カレー、スパゲティサラダ、ミニトマト、オレンジ(防災食)	スキムミルク・みそクッキー	
12	金	豆乳・おかし	タラの赤ジソ焼き、野菜のおかか和え、かき玉汁、りんご	スキムミルク・おかし	
13	土	豆乳・おかし	《お弁当の日》	お茶・おかし	
15	月	豆乳・おかし	マーボー茄子、卵焼き、中華スープ、オレンジ	牛乳・おかし	
16	火	豆乳・おかし	焼きメンチ、コーンソテー、枝豆サラダ、みそ汁、バナナ	ゼリー	
17	水	豆乳・おかし	鶏チリ、きゅうりのナムル、みそ汁、パイン缶	くだもの	
18	木	★スプーン 豆乳・ホットケーキ	クリームシチュー、春雨サラダ、味玉、メロン	スキムミルク・きなこドーナツ	
19	金	豆乳・おかし	鮭のマヨ焼、ひき昆布煮、みそ汁、バナナ	スキムミルク・おかし	
20	土	豆乳・おかし	《お弁当の日》	お茶・おかし	
22	月	豆乳・おかし	天ぷら、チンゲンサイのツナ和え、わかめスープ、りんご	牛乳・おかし	
23	火	豆乳・おかし	豚大根、ブロッコリーソテー、みそ汁、オレンジ	スキムミルク・ポテトブレッド	
24	水	豆乳・おかし	ホッケの塩焼き、ひじきの煮物、みそ汁、黄桃缶	スキムミルク・おかし	
25	木	★スプーン 豆乳・ホットケーキ	キーマカレー、チョレギ風サラダ、チーズちくわ、ゴールドキウイ	フルーツヨーグルト	
26	金	豆乳・おかし	鯖のごま焼、人参しりしり、みそ汁、バナナ	くだもの	
27	土	【運動会】			
29	月	豆乳・おかし	酢豚、ブロッコリーのごま和え、春雨スープ、メロン	牛乳・おかし	
30	火	豆乳・おかし	五日豆煮、ポパイオムレツ、みそ汁、バナナ	スキムミルク・ごまスティック	

+++ ++

6月は食育月間

農林水産省は、食育を集中的に行い、推進を強化する月として、6月を「食育月間」と決めました。これをきっかけに、ご家庭でも、一緒に買い物をしたり、お料理をしたり、身近なことから食材にふれる機会をつくってみてはいかがでしょうか。



<お給食>	3歳以上児	3歳未満児
エネルギー	618 kcal	468kcal
タンパク質	26.2 g	20.2g
脂 質	17.2g	14.2 g
食塩相当量	1.5g	1.1 g

◎今月の誕生会は4日(木)で、お弁当となります。
◎土曜日はお弁当となります。



『歯』について考えよう

6月4日～10日は歯と口の健康習慣です。おいしく食事をいただくためにも、歯はとても大切。この機会に親子で口や歯について考え、話してみましょ。歯磨きの大切さを実感できると思いますよ。



参考文献:食育イラストコレクション