



6月予定献立表



＜令和8年＞
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ	食育
1	月	ご飯・鶏肉のマーレード煮・☆ごぼうのカレーマヨサラダ・すまし汁・りんご	ボーロ オレンジ	ココアちんすこう	水分補給について (きりん)
2	火	ご飯・鮭の塩焼き・チンゲン菜の昆布和え・みそ汁・バナナ	シガーフライ	揚げパン	
3	水	麦ご飯・豚バラ大根・ブロッコリーのナムル・もやしスープ・ぶどうゼリー	ビスコ バナナ	マカロニグラタン	水分補給について (ぞう)
4	木	ミートソーススパゲティ・海藻サラダ・0～3歳切れてるチーズ4・5歳スティック チーズ・オレンジ	さつま芋の甘煮	りんごのマフィン	水分補給について (らいおん)
5	金	ご飯・＜LIVEキッチン＞手作り海苔佃煮・さわらの幽庵焼き風・キャベツの 福神和え・かきたま汁・りんご	ビスケット オレンジ	フルーツヨーグルト	
6	土	親子丼・わかめスープ・オレンジ	クラッカー りんご	白い風船 バナナ	
8	月	ご飯・ふりかけ・あじのゆかり天・小松菜のお浸し・すまし汁・バナナ	ココナッツサブレ オレンジ	チヂミ	
9	火	＜4.5歳バイキング＞コーンご飯・豆腐ハンバーグ・もやし中華サラダ・きのこ スープ・りんご	チーズトースト	ミルクココアゼリー	
10	水	ご飯・豚肉の生姜焼き・ブロッコリーのごま酢和え・みそ汁・バナナ	シガーフライ	フライドポテト	
11	木	ご飯・牛肉と大根のオイスターソース煮・ほうれん草のサラダ・そうめん汁 ヨーグルト	ボーロ バナナ	ショコラパウンドケーキ	
12	金	バターロールパン(3未)・チョコパン(3上)・☆はんぺんサンドフライ・キャベツ のおかか和え・トマト入りスープ・りんご	ビスコ オレンジ	お好み焼き	
13	土	きつねうどん・かぼちゃサラダ・オレンジ	白い風船 りんご	ビスケット バナナ	
15	月	ご飯・味付け海苔・さわらの照り焼き・キャベツのカレーソテー・中華スープ バナナ	ココナッツサブレ オレンジ	豆腐ドーナツ	食育実験・不思議なお団子 (きりん)
16	火	＜おにぎりパーティ＞ご飯(0.1歳鮭フレーク・ふりかけ)(2歳鮭フレーク・昆布佃煮・ふりかけ)おにぎり(3上は ちみつ梅・鮭フレーク・昆布佃煮)・☆鶏つくね・きゅうりのゆかり和え・みそ汁・オレンジ	きな粉マカロニ	チーズ饅頭	食育実験・不思議なお団子 (ぞう)
17	水	ちゃんぽん麺・切干大根サラダ・0～3歳切れてるチーズ4・5歳スティック チーズ・りんごゼリー	白い風船 オレンジ	フルーツサンド	食育実験・不思議なお団子 (らいおん)
18	木	ご飯・さばのみそ煮・小松菜のごま和え・すまし汁・バナナ	シガーフライ	ふのラスク	
19	金	＜誕生会＞ゆかりご飯・甘辛ガーリックチキン・たらこスパゲティ・ポテト サラダ・せん切り野菜のスープ・りんご	ビスコ バナナ	メロンのケーキ	
20	土	そばろ丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ぱりんこ バナナ	
22	月	納豆ご飯・塩こうじチキングリル・キャベツのしらす和え・レタススープ・バナナ	ボーロ オレンジ	フルーツポンチ	らいおんクッキング (玉ねぎ炒め・マッシュポテト)
23	火	ご飯・ポークチャップ・春雨サラダ・すまし汁・ヨーグルト	ビスコ バナナ	カルピス蒸しパン	
24	水	肉うどん・小松菜のなめたけ和え・0～3歳切れてるチーズ4・5歳スティック チーズ・りんご	ココナッツサブレ オレンジ	ひじきおにぎり	
25	木	きな粉ご飯・手羽元のすっぱ煮・チンゲン菜のポン酢和え・みそ汁・バナナ	シガーフライ	マシュマロサンド	
26	金	＜わくわくデー＞トッピングカレー(コーン・福神漬・ウィンナー・ゆで卵 チーズ)・中華サラダ・りんご	ジャムトースト	ローズクッキー	
27	土	豚丼・わかめスープ・オレンジ	白い風船 りんご	ビスケット バナナ	
29	月	わかめご飯・☆鶏肉のねぎ塩レモン・ズッキーニフライ・すまし汁・りんご	ビスコ オレンジ	じゃがもちーず	きゅうり・なす漬物 (随時)
30	火	ご飯・魚粉ふりかけ・肉じゃが・ブロッコリーの納豆和え・みそ汁・バナナ	スティックパン	さつま芋スティック	



6月4～10日はむし歯予防週間です



よくかむとどうしていいの？

①食べ物のおいしさを感じます。



②消化を助けます。



③唾液に含まれるホルモンが
頭の働きをよくします。



④歯やあごの骨を育てます。



⑤言葉の発音がはっきりするようになります。



かまなくても味が
わかる加工食品に
注意
レトルト食品、カッ
プ麺、スナック菓
子などは味が濃く、
旨味調味料が添加
され、かまなくて
も口の中に味が広
がります。このよ
うな加工食品に慣
れてしまうとかま
ない習慣が身に付
き野菜などいろい
ろなものが食べら
れなくなってしまう
です。

