



メニュー表



2026年06月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
1日 (月)	そぼろ丼 彩りサラダ 味噌汁(油揚げ・わかめ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ ごま 酢	卵 鶏肉 油揚げ わかめ 味噌	たまねぎ しょうが にんじん いんげん キャベツ ブロッコリー ホールコーン	407	16.1	9.5	1.4
2日 (火)	ご飯 めばるの白味噌焼き 高野豆腐と野菜の煮物 野菜の醤油マヨ和え	精白米 油 三温糖 マヨレ アマニ油	めばる 味噌 高野豆腐	にんじん たまねぎ キャベツ	314	14.1	6.5	0.8
3日 (水)	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 もやしの和え物 バナナ	精白米 三温糖 めんつゆ	豚肉	しょうが たまねぎ にんじん もやし きゅうり バナナ	371	13.1	10.8	0.5
4日 (木)	ご飯 鶏肉の生姜焼き 金平にんじん スティックきゅうり	精白米 きび砂糖 片栗粉 三温糖 ごま ごま油 マヨレ	鶏肉 油揚げ	しょうが にんじん だいこん きゅうり	373	14.7	11.2	0.7
よくかんでたべよう♪かみかみメニュー 								
5日 (金)	キーマカレー キャベツとトマトのサラダ オレンジゼリー	精白米 カールウ きび砂糖 油 酢 オレンジゼリー	豚肉 鶏肉	たまねぎ にんじん キャベツ トマト 	449	12.1	9.8	1.4
8日 (月)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) マッシュポテト 野菜のごま風味サラダ	精白米 きび砂糖 片栗粉 じゃがいも めんつゆ ごま	鶏肉 豚肉	たまねぎ トマトケチャップ キャベツ ブロッコリー	330	12.2	7.5	0.4
9日 (火)	ご飯 回鍋肉 春雨の和え物 マスカッゼリー	精白米 三温糖 片栗粉 はるさめ きび砂糖 酢 油 マスカッゼリー	豚肉 味噌	にんじん キャベツ ほうれん草	406	12.6	11.3	0.5
10日 (水)	ビビンパチャーハン 牛肉入りコロケ キャベツ添え わかめスープ	精白米 三温糖 きび砂糖 ごま油 めんつゆ じゃがいも パン粉	豚肉 卵 味噌 牛肉 わかめ	にんじん もやし ほうれん草 にんにく たまねぎ キャベツ	358	9.9	9.6	1.4
16日 (火)	大豆ミートのスパゲティ ブロッコリーサラダ 黄桃 	スパゲティ 油 きび砂糖 片栗粉 めんつゆ	大豆ミート 鶏肉 牛肉	たまねぎ にんじん トマト トマトケチャップ ブロッコリー ホールコーン 黄桃	315	12.6	6.3	1.6



メニュー表



2026年06月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの				
17日 (水)	ご飯 豚肉のバーベキューソース炒め もやしのサラダ バナナ	精白米 三温糖 きび砂糖 めんつゆ	豚肉	たまねぎ トマトケチャップ もやし きゅうり バナナ 	385	13.0	10.8	0.5
18日 (木)	ぞうやまカレー ミネラルサラダ ピーチゼリー	精白米 じゃがいも カレールウ めんつゆ ピーチゼリー	豚肉 わかめ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり	450	10.1	12.0	1.3
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">ぞうやまカレー♪</div> 							
19日 (金)	ご飯 白身魚フライ 鶏レバーの甘辛煮 チーズ入りサラダ	精白米 パン粉 油 マヨネーズ	たら 鶏肉 チーズ	キャベツ にんじん ブロッコリー	373	12.6	11.0	0.5
22日 (月)	ご飯 鶏肉の唐揚げ ひじきの煮付け 彩りサラダ	精白米 片栗粉 油 三温糖 めんつゆ	鶏肉 ひじき 鶏肉	しょうが にんにく にんじん キャベツ ブロッコリー ホールコーン	399	15.5	13.9	0.5
24日 (水)	ご飯 豆腐ハンバーグ(照焼きソース) マカロニソテー キャロットサラダ	精白米 片栗粉 マカロニ 油 ごまドレッシング きび砂糖	鶏肉 豆腐 青のり ツナ	たまねぎ にんじん いんげん	316	10.1	4.8	0.5
25日 (木)	ご飯 ほっけの塩焼き 厚揚げの煮物 春雨サラダ	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	ほっけ 厚揚げ	いんげん にんじん ほうれん草	310	13.9	5.9	0.7
26日 (金)	冷やしラーメン 肉団子バーベキューソース キャベツとトマトのサラダ	中華めん きび砂糖 ごま油 マヨネーズ アマニ油	ロースハム わかめ 鶏肉 豚肉	ホールコーン にんにく たまねぎ トマトケチャップ キャベツ トマト	314	12.7	8.4	1.4
								
29日 (月)	ご飯 チキンカツ 人参しりしり 野菜とツナのサラダ ぞうやま味噌汁 (玉ねぎ・じゃが芋)	精白米 パン粉 三温糖 ごま油 めんつゆ じゃがいも	鶏肉 卵 ツナ 味噌	にんじん キャベツ ブロッコリー たまねぎ	403	13.7	11.8	1.4
30日 (火)	中華飯 甘芋 オレンジゼリー	精白米 三温糖 油 片栗粉 ごま油 さつまいも きび砂糖 オレンジゼリー	豚肉	トマトケチャップ たまねぎ にんじん キャベツ	414	9.2	7.3	1.4
平均					371	12.6	9.3	0.9

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。



メニュー表



2026年06月

象山幼稚園

日付	献立名	食材(材料)名			エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	(kcal)	(g)	(g)	(g)

※持ち物 給食の日: 箸・スプーン・フォークなど、コップ、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
 お弁当の日: お弁当、箸・スプーン・フォークなど、ナフキンを巾着袋に入れて下さい。
 家で箸を使っていない場合、持たせないでください。

※23日(火)は全員お弁当持参になります。お弁当の用意をお願いします。

※教育相談期間11日(木)・12(金)・15(月)は11時降園です。ぞうさん教室を利用の方はお弁当の用意をお願いします。

※ぞうやまカレー: 18日(木)ぞうやまカレー作りの日です。年中児は野菜の皮むき、年長児は野菜を包丁で切るお手伝いをしますので、エプロン・三角巾を持たせてください。