

6がつのこんだてひょう

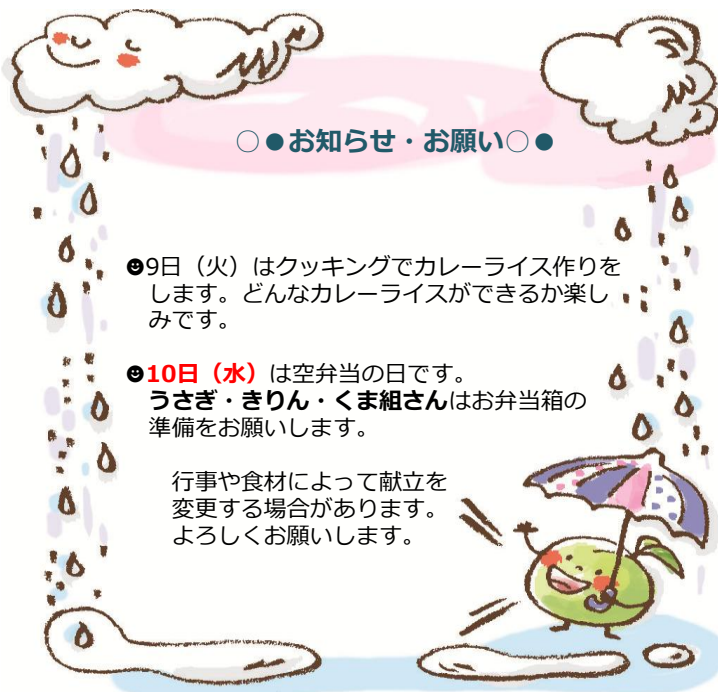


2026年度

伊波野保育園



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|---|---|---|-------------------|
| 1 パン耳トースト | 2 果物・いりこ | 3 大豆の甘煮 | 4 スティックポテト | 5 果物 | 6 シュガーラスク |
| 梅昆布ごはん 鮭の香り焼き ほうれん草のコーン和え 玉ねぎのみそ汁 果物 | ごはん 酢どり きゅうりの甘酢和え わかめのみそ汁 | ごはん 豚肉のみそ炒め レタスの梅肉和え 五目すまし汁 | ごはん 魚のさくさくパン粉焼き 春雨サラダ しじみ汁 果物 | 中華丼 さつまいもの甘煮 三色お浸し | 果物 |
| いちご蒸しパン | 笹まき/きな粉だんご | カルシウムおにぎり | お好み焼き | お麩ラスク | 果物 |
| 8 果物 | 9 焼きかぼちゃ | 10 米粉のパンケーキ | 11 果物・いりこ | 12 きな粉マカロニ | 13 果物 |
| ごはん サバのみそ煮 ごぼうの和風サラダ えのきのすまし汁 | カレーライス りっちゃん元気サラダ 果物 | 空弁当の日 ツナご飯 タンドリーチキン ナスのみそ炒め 和え物・果物 | ごはん 豚のバーベキューソース 青菜のナムル 揚げのみそ汁 | ごはん あごのさつま揚げ 納豆の中華和え もずくスープ | クッキー |
| にんじんホットケーキ | ヨーグルト | ジャムスコーン | ホットサンド | 枝豆おにぎり | クッキー |
| 15 シュガートースト | 16 果物・いりこ | 17 ぶかし芋 | 18 果物 | 19 大豆きな粉 | 20 蒸しパン |
| ごはん 豆腐ハンバーグ 青菜のツナ和え 洋風みそ汁 果物 | ごはん 鮭の青しそ焼き ひじきの炒り煮 小松菜のみそ汁 | ラーメン うずら豆の甘煮 グリーンサラダ 果物 | ごはん 魚の竜田揚げ 即席漬け トマトのコンソメスープ | ごはん 冷しゃぶドレッシング かぼちゃのごま煮 豆腐のみそ汁 | 果物 |
| フルーツゼリー | 五平もち | バナナマフィン | じゃがバターしょうゆ | 青のりラスク | 果物 |
| 22 焼きじゃが | 23 果物 | 24 黒豆の煮物 | 25 果物・いりこ | 26 ケチャップトースト | 27 |
| ごはん サバの香味焼き 納豆スパゲティーサラダ わかめスープ | 炊き込みご飯 豚のさっぱり焼き トマトのじゃこ和え ポトフ | ごはん あじのケチャップ和え 青菜の白和え オクラのみそ汁 果物 | ごはん 鶏の蒸し焼き レタスののり和え 厚揚げのみそ汁 | わかめごはん 焼きキャベツメンチ 切干大根の煮物 なめこのみそ汁 果物 | 子育て講演会 |
| 野菜マフィン | オレンジトースト | 梅ひじきおにぎり | 焼きココアボール | さつまいもの甘がらめ | |
| 29 野菜スティック | 30 果物 | | | | |
| 五目うどん あじの揚げサラダ 果物 | ごはん ポークビーンズ キャベツのあっさり和え 小松菜のみそ汁 | | | | |
| フルーツポンチ | とうもろこし | | | | |



●●お知らせ・お願い●●

●9日(火)はクッキングでカレーライスを作ります。どんなカレーライスができるか楽しみです。

●10日(水)は空弁当の日です。
うさぎ・きりん・くま組さんはお弁当箱の準備をお願いします。

行事や食材によって献立を変更する場合があります。よろしくお祈りします。



今月は、**くま組さん**の保育参加を予定しています。給食を食べていただく年に1度の機会です。おいしいご飯を作って待っています。

6月27日(土)は子育て講演会です。子どもたちの好きな野菜マフィンを用意して、お待ちしております。

○野菜マフィン○(約5~6個)

<材料>

- ・ほうれん草...50g
- ・豆腐...50g
- ・小麦粉...100g
- ・ベーキングパウダー...小さじ1
- ・バター...10g
- ・牛乳または水...適量
- ・砂糖...大さじ1

<作り方>

- ①ほうれん草は茹でてみじん切りしておく。
- ②ボウルに小麦粉、砂糖、ベーキングパウダーをあわせてふるう。
- ③②に①の溶かしたバター、豆腐を加え、牛乳または水でホットケーキの生地より少しかためにする。
- ④カップに流し、オーブン170℃で15~20分程度焼く。