

山手幼稚園 2026年 6月 給食便り

春が過ぎ、梅雨の季節がやってきました。
気温と湿度が上がると食欲が落ちがちになってしまいます。

こまめに水分補給をすることと、
バランスのよい食事をしっかりとることを意識して、
本格的な夏にむけて体力づくりをしていきましょう。



<献立表>



	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
園 食	■ごはん 米 ■とり肉のてりやき とり肉 しょうゆ しょうが 濃口しょうゆ みりん風 かたくり粉 ■ほうれん草のナムル ほうれん草 ★ちくわ にんじん さとう 濃口しょうゆ ごま油 ■オレシゼリー 加ゼリーの素(ルグ) ■おくらのみそ汁 おくら あつあげ たまねぎ 混合割りぶし みそ	■炊き込みごはん 米 とり肉 にんじん ごぼう あぶらあげ だいず華粒状 えだまめ さとう 濃口しょうゆ ★和風だし顆粒 ■ミートボール ★ミートボール ■しょうゆダレ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ さとう かたくり粉 水 ■もちだしの和え物 もやし さやいんげん コーン さとう 濃口しょうゆ ■だいごのみそ汁 だいご えのき みずな 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■ぶた肉とあつあげの煮物 あつあげ ぶた肉 たまねぎ にんじん グリーンピース キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ ■じゃがいものバターしょうゆ炒め じゃがいも 濃口しょうゆ マーガリン パセリ缶 ■ぶどうゼリー 加ゼリーの素(ぶどう) ■はくさいのみそ汁 はくさい しめじ 豆腐 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■さばの塩焼き さば しょうゆ しょうが しお ■コンニャクのきんぴら 糸こんにゃく ぎょうゆ にんじん さやいんげん さとう 濃口しょうゆ みりん風 ごま油 ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー コーン かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ あぶらあげ カットわかめ 混合割りぶし みそ	■ごはん 米 ■油揚げの煮物 油揚げ とり肉 しょうゆ 濃口しょうゆ さとう しょうが かたくり粉 キャノーラ油 ■タレ 白ねぎ 濃口しょうゆ さとう 殺菌酢 しょうが にんにく 鶏がらスープ ごま油 かたくり粉 水 ■きゅうりのおかか和え きゅうり にんじん さやいんげん すりごま 白ごま さとう 濃口しょうゆ ■マスカットゼリー 加ゼリーの素(マスカット) ■とうふのみそ汁 木綿とうふ ★ちくわ みずな 混合割りぶし みそ
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	魚類) とり肉に変更	アレルギー対応はありません。
3時	■じゃがいものツナおやき じゃがいも ツナ缶 ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★フィヨン パセリ缶	■米粉のいちごケーキ いちごジャム こめ粉 コーンスターチ とうけつ 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	■とうふナゲット 鶏肉ミンチ 木綿とうふ たまねぎ 鶏がらスープ 水 かたくり粉 キャノーラ油 ケチャップ	■カレービーフン ビーフン たまねぎ にんじん ピーマン しお 濃口しょうゆ カレー粉 キャノーラ油	■トマト煮しん こめ粉 ベーキングパウダー さとう とうけつ ケチャップ パセリ缶 キャノーラ油
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
1杯分	1杯分 - 416kcal 脂質 12.3g 鉄 1.8mg	1杯分 - 402kcal 脂質 7.6g 鉄 6.1mg	1杯分 - 426kcal 脂質 11.5g 鉄 2.3mg	1杯分 - 442kcal 脂質 19.4g 鉄 1.9mg	1杯分 - 498kcal 脂質 15.5g 鉄 1.8mg
	たんぱく質 17.3g 加糖 74mg 食塩 1.4g	たんぱく質 14g 加糖 122mg 食塩 1.8g	たんぱく質 19.6g 加糖 108mg 食塩 1.2g	たんぱく質 17.5g 加糖 79mg 食塩 1.3g	たんぱく質 17.8g 加糖 107mg 食塩 1.6g

* 献立のマークについて *

★：アレルギー対応用の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレーウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・皮なしウィンナー …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハム …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フィヨン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます

☆：たまご・乳を使用していません。
●：豚しゅうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー

アレルギー対応表示食品



たまご、乳、小麦、甲殻類(ちりめんを含む)
バナナ、魚類(サバ・サケ・ホキ)





	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12
昼食	■ハヤシライス 米 ぶたにく たまねぎ にんじん だいず華粒状 ★中濃ソース クチャップ さとう みりん風 キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルフ ★ブイヨン ■きゅうりの酢の物 きゅうり はるさめ にんじん コーン さとう 穀物酢 淡口しょうゆ ■あじさいゼリー ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(ぶどう) ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(ﾋﾞｰﾁ) ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(ｸﾐ)	■ごはん 米 ■白身魚のカレータツタ ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ★ﾙｸﾞﾌﾗｰｶｰﾚｰﾙ ｶｰﾚｰ粉 にんにく かたくり粉 ■じゃがいものソテー じゃがいも さやいんげん 合びき肉 ★ブイヨン しお こしょう キャノーラ油 ■にまつなのおひだし こまつな にんじん あぶらあげ だしパック 淡口しょうゆ さとう ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ ★さつまあげ みずな 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■回鍋肉 ぶたにく きゃべつ たまねぎ にんじん ピーマン さとう 鶏がらスープ みそ 赤だしみそ 濃口しょうゆ キャノーラ油 ■ブロッコリーのちりめん和え ブロッコリー 黄パプリカ ■ちりめん さとう 濃口しょうゆ ■いちごゼリー ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(いちご) ■中華スープ だいこん ★ちくわ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ こま油	■ビビンバ 米 ■トッピングの 豚びき肉 もやし たまねぎ にんじん ほうれんそう だいず華粒状 キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 みりん風 鶏がらスープ しょうが にんにく こま油 ■いんげんのごまドレサダ さやいんげん 赤パプリカ とりにく 濃口しょうゆ さとう 白こま ねりこま ■フルーツ(オレンジ) オレンジ ■はくさいのみそ汁 はくさい しめじ 豆腐 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■筑前煮 とりにく だいこん にんじん こぼろ えだまめ キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ ■ピーマンと野菜の和え物 ピーマン アスパラガス コーン さとう 淡口しょうゆ 穀物酢 キャノーラ油 ■あおりんごゼリー ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(青りんご) ■塩きとうふのみそ汁 焼とうふ ★さつまあげ みずな 混合削りぶし みそ
	アレルギー対応はありません。	魚類) とり肉に変更	甲殻類) ちりめんは入れない	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
3時	■ココロコ焼きごうや 高野とうふ マーガリン さとう	■米粉のにんじんケーキ にんじん こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■ウィンナー 冷皮なしウィンナー	■焼きポテト(コンソメ) クリンクカットポテト ★ブイヨン バセリ缶	■シュガードーナツ 本練とうふ かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油 砂糖
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	1杯分 - 458kcal 蛋白質 16.2g 脂質 14.3g 加糖量 92mg 鉄 1.6mg 食塩 1.4g	1杯分 - 415kcal 蛋白質 17.8g 脂質 6.3g 加糖量 111mg 鉄 2.2mg 食塩 1.7g	1杯分 - 491kcal 蛋白質 16g 脂質 9.3g 加糖量 78mg 鉄 1.8mg 食塩 1.6g	1杯分 - 320kcal 蛋白質 13.6g 脂質 8.4g 加糖量 90mg 鉄 1.8mg 食塩 1g	1杯分 - 471kcal 蛋白質 14.8g 脂質 11.3g 加糖量 84mg 鉄 2.2mg 食塩 1.3g

	15	16	17	18	19
昼食	■ごはん 米 ■ぶた肉の中継炒め ぶたにく しゃべつ たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャノーラ油 鶏がらスープ 淡口しょうゆ りょうり酒 こしょう かたくり粉 ■おくらのおかか和え おくら コーン かつおぶし さとう 淡口しょうゆ ■マスカットゼリー ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(マスカット) ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ あつあげ こぼろ 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■とり肉のみそ焼き とりにく しょうが さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 みそ 赤だしみそ ■ちくわの煮物 ★ちくわ にんじん えだまめ だしパック さとう 淡口しょうゆ ■ほうれん草の湯和え ほうれんそう 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 だいこん えのき みずな 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ	■水運動会がんばろうメニュー* ■焼肉ビラフ 米 にんにく マーガリン だいず華粒状 しお 濃口しょうゆ ★ブイヨン バセリ缶 ■トッピングの ぶたにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 みりん風 しょうが にんにく こま油 白こま ■彩りマッシュポテト* じゃがいも 冷皮なしウィンナー コーン アスパラガス マーガリン ★ブイヨン しお ■ぶどうゼリー ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(ぶどう) ■肉団子の中華スープ ★ミートボール はくさい カットわかめ しょうが 鶏がらスープ 淡口しょうゆ こま油	■ごはん 米 ■とうふハンバーグ ★とうふハンバーグ ■ソース クチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■ブロッコリーのちりめん和え ブロッコリー にんじん ■ちりめん さとう 濃口しょうゆ ■フルーツ(バナナ) バナナ ■コンソメスープ ピーマン にんじん さやいんげん ★ブイヨン さとう 淡口しょうゆ ラード	■水運動会がんばろうメニュー* ■チキンカツカレー 米 じゃがいも たまねぎ にんじん だいず華粒状 キャノーラ油 ★ブイヨン さとう ★ﾙｸﾞﾌﾗｰｶｰﾚｰﾙ ■トッピングの チキンカツ とりにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 キャノーラ油 ■きゃべつのドレッシングサラダ きゃべつ ★ハム 赤パプリカ 淡口しょうゆ さとう レモン果汁 キャノーラ油 ■みかん煮 みかん缶 かんてん さとう ｶﾌﾞﾈﾞﾘｰの素(ﾙｯﾂ)
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	甲殻類) ちりめんは入れない バナナ) ミニゼリーに変更	アレルギー対応はありません。
3時	■スイートポテト さつまいも さとう とうにゅう マーガリン マーマレード	■豆乳プリン(きなこ) とうにゅう さとう アガー きな粉 さとう	■和風ビーフン ビーフン ツナ缶 たまねぎ にんじん ピーマン かつおぶし キャノーラ油 こしょう ★和風だし顆粒 濃口しょうゆ	■ミルククリームパン こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー とうにゅう さとう コーンスターチ	■だいこんちぢ だいこん にんじん こめ粉 かたくり粉 鶏がらスープ こま油
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	1杯分 - 402kcal 蛋白質 13.2g 脂質 8.4g 加糖量 99mg 鉄 1.6mg 食塩 0.9g	1杯分 - 373kcal 蛋白質 18g 脂質 9.4g 加糖量 79mg 鉄 1.8mg 食塩 1.5g	1杯分 - 439kcal 蛋白質 16.4g 脂質 12.6g 加糖量 86mg 鉄 3.7mg 食塩 1.4g	1杯分 - 473kcal 蛋白質 15g 脂質 10g 加糖量 106mg 鉄 2mg 食塩 1.8g	1杯分 - 580kcal 蛋白質 18g 脂質 19.1g 加糖量 106mg 鉄 2.9mg 食塩 2.1g





	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26
昼食	■＊運動会代休＊ ■ごはん 米 ■鶏ひき肉のつくね 鶏ムネミンチ 木綿とうふ たまねぎ にんじん しょうが かたくり粉 りょうり酒 みりん風 濃口しょうゆ ■おろしソース だいこん だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 ■きゅうりの和え物 きゅうり ピーマン 舞ハブリカ さとう 濃口しょうゆ ■青りんごゼリー かびゼリーの素（青りんご） ■こまつなのみそ汁 こまつな ★さつまあげ 豆腐 混合割りぶし みそ	■枝豆とコーンの色どりの混ぜごはん 米 えだまめ にんじん コーン りょうり酒 濃口しょうゆ ★和風だし顆粒 ■さわらの西京焼き さわら りょうり酒 しょうが さとう 濃口しょうゆ 甘みそ ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー にんじん さとう 濃口しょうゆ すりごま 白ごま こま油 ■すまし汁 はくさい あぶらあげ カットわかめ 混合割りぶし しお 濃口しょうゆ 	■ごはん 米 ■とり肉の塩こうじ焼き とりこ 塩こうじ りょうり酒 濃口しょうゆ キャノーラ油 ■切干だいこんの中華和え 切干だいこん さやいんげん 赤ハブリカ 濃口しょうゆ 穀物酢 さとう 鶏がらスープ こま油 ■さつまいもの甘煮 さつまいも さとう マーガリン ■あつあげのみそ汁 あつあげ えのき みずな 混合割りぶし みそ	■＊おだんじょう会＊ ■ケチャップライス 米 ミックスベジタブル 冷皮なしウィンナー にんにく だいず華粒状 マーガリン しお 濃口しょうゆ ★ブイヨン ケチャップ ■フライドポテト クリンカットポテト しお パセリ缶 キャノーラ油 ■煎え ブロッコリー 濃口しょうゆ さとう ■ピーゼリー かびゼリーの素（ピーチ） ■コンソメスープ きゃべつ にんじん アスパラガス ★ブイヨン さとう 濃口しょうゆ ラード 	■ごはん 米 ■チャップチェ ぶたにく はるさめ たまねぎ にんじん ピーマン だいず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ 鶏がらスープ こま油 ■いんげんのツナ和え さやいんげん 赤ハブリカ ツナ さとう 濃口しょうゆ ■かぼちゃのけんちゃん汁 かぼちゃ だいこん 焼とうふ ★ちくわ ごぼし しめじ 混合割りぶし しお 濃口しょうゆ
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
3時	■じゃがいものハムおやき じゃがいも ★ハム ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★ブイヨン パセリ缶	■大豆の甘辛あげ だいず水菜 かたくり粉 濃口しょうゆ みりん風 さとう キャノーラ油 あおさ	■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風 ■おかず煮干し おかず煮干し	■とうふ入り抹茶の米粉ケーキ 木綿とうふ こめ粉 かたくり粉 ベーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう	■あんまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうふ キャノーラ油 しあん
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	1杯 - 388kcal 蛋白質 18.5g 脂質 5.2g 加糖 76mg 鉄 1.9mg 食塩 1.2g	1杯 - 402kcal 蛋白質 18.2g 脂質 11.2g 加糖 104mg 鉄 2.3mg 食塩 1.5g	1杯 - 558kcal 蛋白質 21.6g 脂質 13.9g 加糖 172mg 鉄 2.8mg 食塩 1.5g	1杯 - 417kcal 蛋白質 13.7g 脂質 8.3g 加糖 103mg 鉄 1.9mg 食塩 1.6g	1杯 - 455kcal 蛋白質 17.1g 脂質 10.4g 加糖 108mg 鉄 1.9mg 食塩 1.2g

	29	30		
昼食	■ごはん 米 ■マーボー豆腐 木綿とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ ■もやしナムル もやし コーン さやいんげん さとう 濃口しょうゆ こま油 ■いちごゼリー かびゼリーの素（いちご） ■中華スープ ピーマン ★さつまあげ しら 鶏がらスープ 濃口しょうゆ こま油 	■ごはん 米 ■白身魚の甘酢あんかけ ホキ しお りょうり酒 かたくり粉 キャノーラ油 ■甘酢あん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ケチャップ 鶏がらスープ かたくり粉 水 ■あつあげと牛肉の煮物 あつあげ きゅうり にんじん えだまめ だしパック 濃口しょうゆ さとう ■さやべつの中巻和え きゃべつ にんじん 豆腐 濃口しょうゆ 穀物酢 さとう 鶏がらスープ こま油 ■だいこんのみそ汁 だいこん ごぼう カットわかめ 混合割りぶし みそ		
	アレルギー対応はありません。	魚類）とりに変更		
	■さつまいもスティック さつまいも キャノーラ油 しお	■ごはんのおやき 米 さとう 白ごま みそ 濃口しょうゆ キャノーラ油		
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。		
	1杯 - 445kcal 脂質 11.8g 蛋白質 14.5g 加糖 90mg 鉄 2mg 食塩 1.1g	1杯 - 462kcal 脂質 8.3g 蛋白質 18.5g 加糖 104mg 鉄 1.9mg 食塩 1.8g		

「6月4日は虫歯予防デー」

6月は虫歯予防月間です。
虫歯予防には歯みがきも大切ですが、普段の食事をよく噛むことでも、「噛む力」「あごの力」が付き、虫歯予防につながります。

給食では献立に使用している野菜の一部をスティック状にカットし、硬めに茹でて提供します。
給食のはじめの「かみかみタイム」でみんなで野菜スティックを食べながら、噛むことの大切さを知っていただければと思います。

かみかみタイムの日と使用食材

- 2日 だいこんのみそ汁（だいこん）
- 5日 きゃべつのごま和え（にんじん）
- 8日 きゅうりの酢の物（にんじん）
- 10日 中華スープ（だいこん）
- 11日 いんげんのごまサラダ（いんげん）
- 17日 焼肉ピラフ（にんじん）
- 22日 きゅうりの和え物（きゅうり）
- 23日 ブロッコリーのごま和え（にんじん）
- 26日 いんげんのツナ和え（いんげん）
- 29日 マーボー豆腐（にんじん）

（星型などのサプライズの日もあるよ！）



「6月4日は虫歯予防デー」

6月は虫歯予防月間です。
虫歯予防には歯みがきも大切ですが、普段の食事をよく噛むことでも、「噛む力」「あごの力」がつき、虫歯予防につながります。



給食では献立に使用している野菜の一部をスティック状にカットし、硬めに茹でて提供します。
給食のはじめの「かみかみタイム」でみんなで野菜スティックを食べながら、噛むことの大切さを知っていただければと思います。



かみかみタイムの日と使用食材

- ・ 2日 だいこんのみそ汁（だいこん）
 - ・ 5日 きゃべつのごま和え（にんじん）
 - ・ 8日 きゅうりの酢の物（にんじん）
 - ・ 10日 中華スープ（だいこん）
 - ・ 11日 いんげんのごまサラダ（いんげん）
 - ・ 17日 焼肉ピラフ（にんじん）
 - ・ 22日 きゅうりの和え物（きゅうり）
 - ・ 23日 ブロッコリーのごま和え（にんじん）
 - ・ 26日 いんげんのツナ和え（いんげん）
 - ・ 29日 マーボー豆腐（にんじん）
- （星型などのサプライズの日もあるよ！）

