



2026年6月献立表

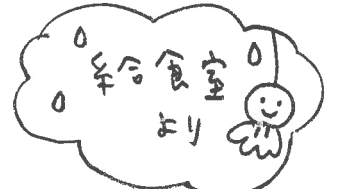


広島キリスト教社会館保育所



献立名	食品名	おやつ
1日 (月) 麻婆丼 リャンパンサンスー	合いびき肉 たまねぎ にんじん ニラネギ かたくり粉 ごま油 春雨 鶏肉 きゅうり にんじん ごま ごま油	蒸しパン 牛乳・いりこ
2日 (火) 鶏肉の塩こうじ焼き 煮豆 すまし汁	鶏肉 塩こうじ うずら豆 大根 にんじん えのきだけ ねぎ 煮干し	クッキー 牛乳・いりこ
3日 (水) 肉じゃが きゅうりの酢の物	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん きゅうり わかめ ちりめんじゃこ ごま	かりんとトースト 牛乳・いりこ
4日 (木) ハヤシライス やさしいサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ハヤシルウ レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン ごま油	とうふドーナツ 牛乳・いりこ
5日 (金) さつまあげ きゅうり漬け みそ汁	あじすりみ ごぼう たまねぎ にんじん しょうが きゅうり ごま油 キャベツ えのきだけ 油揚げ ねぎ 煮干し	ラスク 牛乳・いりこ
6日 (土) ロールパン マカロニサラダ クリームシチュー	パン マカロニ シーチキン きゅうり にんじん コーン マヨネーズ 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
8日 (月) オムレツ サラダ キャロットスープ	たまご 合いびき肉 たまねぎ トマトケチャップ レタス きゅうり ごま油 にんじん たまねぎ しめじ 牛乳 クリームシチューミックス	みかんゼリー おかし
9日 (火) ミートスパゲティ やさしいサラダ	鶏ひき肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ホールトマト水煮缶 レタス シーチキン きゅうり にんじん りんご ごま油	きなこトースト 牛乳・いりこ
10日 (水) さばのみそ煮 小松菜のおひたし けんちん汁	さば 小松菜 にんじん 油揚げ まいたけ 木綿豆腐 ごぼう 大根 にんじん しめじ 煮干し	チヂミ 牛乳・いりこ
11日 (木) カレーライス ヨーグルトサラダ	牛肉 じゃがいも にんじん たまねぎ カレールウ プレーンヨーグルト りんご みかん缶 バイナップル缶	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
12日 (金) カツサンド やさしいサラダ ポタージュスープ	食パン 豚肩ロース パン粉 薄力粉 ソース レタス きゅうり にんじん ミートマト じゃがいも たまねぎ パセリ 牛乳	パースデイクーキ 牛乳・いりこ
13日 (土) ロールパン スパゲティサラダ ビーフシチュー	パン スパゲティ シーチキン にんじん きゅうり コーン マヨネーズ 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
15日 (月) 三色丼 みそ汁	鶏ひき肉 たまご ほうれん草 大根 えのきだけ 油揚げ ねぎ 煮干し	ホットクーキ 牛乳・いりこ
16日 (火) 煮込みハンバーグ サラダ やさしいスープ	合いびき肉 たまご パン粉 たまねぎ ホールトマト缶 レタス きゅうり ちりめんじゃこ ごま油 キャベツ たまねぎ にんじん えのきだけ	ヨーグルト おかし
17日 (水) 鮭の照焼 煮豆 みそ汁	鮭 うずら豆 木綿豆腐 わかめ えのきだけ 煮干し	マカロニのあべかわ 牛乳・いりこ
18日 (木) ポークビーンズ 海藻サラダ	大豆 豚肉 たまねぎ キャベツ にんじん ホールトマト缶 パセリ きゅうり わかめ シーチキン ごま ごま油	たこやき風ポテト 牛乳・いりこ
19日 (金) 鶏の唐揚げ 切干大根の炒め煮 かきたま汁	鶏肉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ たまねぎ たまご にんじん わかめ 煮干し	わらびもち 牛乳・いりこ
20日 (土) ロールパン やさしいサラダ わんたんスープ	パン レタス きゅうり にんじん コーン シーチキン ごま油 わんたん たまねぎ にんじん ちんげん菜 ごま ごま油	牛乳・いりこ
22日 (月) どうふハンバーグ ごま酢あえ みそ汁	木綿豆腐 豚ひき肉 しいたけ パン粉 もやし きゅうり にんじん ごま キャベツ わかめ えのきだけ 煮干し	バナナクーキ 牛乳・いりこ
23日 (火) 冷やしそうめん じゃがいもの煮物	そうめん きゅうり たまご きざみのり じゃがいも たまねぎ にんじん シーチキン	ドーナツ 牛乳・いりこ
24日 (水) 鶏の照焼 酢の物 けんちん汁	鶏肉 きゅうり わかめ ちりめんじゃこ ごま 木綿豆腐 大根 ごぼう にんじん しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し	ピザトースト 牛乳・いりこ
25日 (木) チャプチェ わかめ汁	牛肉 はるさめ ほうれん草 にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し	クリームぜんざい
26日 (金) アジフライ ひじきの炒り煮 みそ汁	あじ ひじき にんじん 厚揚げ 干しいたけ 糸こんにゃく ごま油 キャベツ かぼちゃ 油揚げ ねぎ 煮干し	りんごゼリー おかし
27日 (土) ロールパン マカロニサラダ ミートボールサラダ	パン マカロニ シーチキン きゅうり にんじん コーン マヨネーズ ミートボール キャベツ たまねぎ にんじん しめじ	おかし 牛乳・いりこ
29日 (月) 冷やし中華 ギョーザ	中華めん 鶏肉 きゅうり たまご ミートマト ギョーザ	サターアングギー 牛乳・いりこ
30日 (火) どうもろこしごはん 鶏肉と夏野菜の南蛮漬 みそ汁	どうもろこし パター 鶏肉 かぼちゃ なす ピーマン 大根 わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	豆乳もち お茶・いりこ

か たい ざいしん いご  
6日(土) 在園児向け  
園庭開放  
19日(金) 外見遠足  
25日(木) ポールびらき



あつ じ き  
暑い日赤月にそ  
つるんと食べられる  
豆乳もちの  
作りかたを  
ご紹介します!



- 【材料】 2人分
- ・ 豆乳 200ml
- ・ カレールウ 25g
- ・ さとう 15g
- (きつざい)
- ・ 黒砂糖 25g
- ・ 水 20ml
- ・ きなこ 適量

- ＜作りかた＞
1. 鍋にAを入れ、中火にかける
  2. ふわふわになるまで、弱火でしっかり煮えり上げる
  3. バットなどに移して冷ます
  4. 別の鍋に黒砂糖と水を入れ、少し煮つめて黒みつをつくる
  5. 冷めた豆乳を食べやすい大きさに切ったきなこをかける

できあがり♪