

2026年6月

幼児食だより

四條畷市役所こども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1月	ご飯 チキンカレー 和風ツナサラダ 	米／鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水／きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、カットわかめ、ポン酢／牛乳／バナナ、みかん缶、りんご、ヨーグルト(無糖)／揚一番 	牛乳 ◎フルーツヨーグルト 揚一番 
2火	ご飯 松風焼き 切干大根の酢の物 小松菜とえのきのすまし汁	米／鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、酒、砂糖、油、いりごま／切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、濃口醤油、ごま油／こまつな、えのきたけ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／果物／ホームパイ／ハッピーターン 	牛乳 果物 ホームパイ ハッピーターン[3～5歳児]
3水	ご飯 ポークチャップ  ブロッコリーサラダ(ごまドレ) レタスのスープ	米／豚肉、たまねぎ、食塩、白こしょう、油、ケチャップ、トンカツソース／ブロッコリー、にんじん、ノンオイルドレッシングクリームー胡麻／レタス、じゃがいも、たまねぎ、油、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／米粉、豚ミンチ、にら、にんじん、ホールコーン、食塩、水、ごま油、濃口醤油、砂糖、ごま油、酢、水	牛乳 果物 チヂミ 
4木	ご飯(味付けのり・ふりかけ) 高野豆腐の煮付け さつま芋のみそ汁 	米、味付けのり[3～5歳ｸﾗｽ]、ふりかけ(かつお)[1～2歳児ｸﾗｽ]／高野豆腐、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、三度豆、砂糖、薄口醤油、だし昆布、水／さつまいも、たまねぎ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／薄力粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、水、にんじん	牛乳 果物 ◎キャロット蒸しパン 
5金	ご飯 あじの南蛮漬け わかめと胡瓜の和え物 白菜のみそ汁	米／あじ、片栗粉、油、砂糖、酢、濃口醤油、青ねぎ、りんご／きゅうり、にんじん、カットわかめ、濃口醤油、砂糖／はくさい、たまねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／米粉のホットケーキミックス、ホットケーキミックス(乳成分なし)、砂糖、レーズン、油、水	牛乳 果物 ◎パウンドケーキ風
6土	イタリアンスパゲティ 果物 	スパゲティ、オリーブ油、ベーコン、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、トマトピューレ、ウスターソース、ケチャップ、油、食塩／果物／牛乳／スナックパン野菜と果物[既製品のパン]	牛乳 スナックパン(野菜と果物)
8月	三色丼 スティックソーセージ キャベツのすまし汁 	米、だし昆布、薄口醤油、酒、食塩、鶏ミンチ、濃口醤油、砂糖、本みりん、油、生姜、三度豆、食塩、にんじん、だし昆布、水、砂糖、食塩／アンパンマンおやつソーセージ／キャベツ、たまねぎ、えのきたけ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／果物／おから、薄力粉、砂糖、マーガリン、豆乳ホイップ、レーズン、水	牛乳 果物 ◎卵の花クッキー 
9火	ご飯 豚肉とじゃが芋の中華炒め ほうれん草のスープ	米／豚肉、じゃがいも、たまねぎ、ピーマン、パプリカ(赤)、春雨、ごま油、食塩、白こしょう、酒、鶏がらスープ、砂糖、濃口醤油／ほうれん草、たまねぎ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／ドッグパン《卵なし》、油、きな粉、砂糖、食塩	牛乳 果物 ◎揚げパン 
10水	ご飯 豆腐の肉あんかけ ベビーチーズ 大根のみそ汁 	米／豆腐、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、生姜、油、砂糖、濃口醤油、煮干し、水、片栗粉／ベビーチーズ／だいこん、青ねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／ココアプラス(ヨーグルト)／りんご、砂糖、食塩、水／ぱりんこ 	ココアプラス ◎りんごのコンポート ぱりんこ 
11木	ご飯 さわらのカレームニエル ブロッコリーサラダ チンゲン菜としめじのスープ	米／さわら、食塩、薄力粉、カレー粉、オリーブ油／ブロッコリー、ホールコーン、にんじん、食塩、マヨドレ／チンゲン菜、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／ポップコーン用コーン、油、バター、食塩／ハッピーターン	牛乳 果物 ◎ポップコーン ハッピーターン【1歳児】 
12金	ご飯 八宝菜 豆腐とワカメのみそ汁	米／豚肉、むきえび、はくさい、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、濃口醤油、食塩、油、ごま油、鶏がらスープ、片栗粉、水／豆腐、カットわかめ、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、ケーキシロップ	牛乳 果物 ◎ホットケーキ 
13土	カレーうどん 果物 	うどん、豚肉、たまねぎ、にんじん、うすあげ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、水、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、カレー粉、薄口醤油、食塩、油、片栗粉／果物／牛乳／ミルクツイスト[既製品のパン]	牛乳 ミルクツイスト
15月	鶏炒飯 ゆでブロッコリー(マヨドレ) コーンポタージュ	米、鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、油、食塩、鶏がらスープ、濃口醤油、油／ブロッコリー、食塩、マヨドレ／たまねぎ、コーン、コーンポタージュの素【乳成分あり】、牛乳、水／お茶／フルーチェ(ピーチ)、牛乳／ぱりんこ(のり塩) 	お茶 ◎フルーチェ(ピーチ) ぱりんこ(のり塩) 
16火	ご飯 焼き魚(さけ)  ごぼうのきんぴら 豆腐のみそ汁	米／銀鮭(骨なし)、油、ポン酢／豚肉、ごぼう(水煮)、にんじん、つきこんにやく、ごま油、砂糖、本みりん、濃口醤油、だし汁／豆腐、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／さつまいも、油、砂糖、水あめ、濃口醤油、水、黒ごま	牛乳 果物 ◎大学芋 



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
お誕生日食			
17 水	ご飯 鶏肉の唐揚げタレつけ 胡瓜とツナのサラダ(ポン酢) キャベツのスープ	米/鶏もも肉、片栗粉、油、濃口醤油、砂糖、酢、ごま油、生姜、水/きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、ポン酢/キャベツ、たまねぎ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/きになる野菜 アップル&キャロット/メロン/米粉のホットケーキミックス、ココア、砂糖、油、水、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(アップル&キャロット) メロン ◎ココアカップケーキ (ホイップつき) 
18 木	ビビンバ えのきと玉ねぎのみそ汁	米、牛肉、にんにく、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、ごま油、ほうれん草、にんじん、きゅうり、ホールコーン、濃口醤油、砂糖、いりごま/えのきたけ、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/薄力粉、砂糖、油、豆乳ホイップ、水 	牛乳 果物 ◎クッキー 
19 金	ご飯 焼き肉風 そうめんのすまし汁	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、砂糖、本みりん、ごま油/そうめん、うすあげ、たまねぎ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/牛乳/果物/じゃがいも、片栗粉、水、砂糖、食塩、油、濃口醤油、青のり	牛乳 果物 ◎じゃが芋のお焼き 
20 土	わかめうどん 果物	うどん、鶏もも肉、うすあげ、カットわかめ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/果物/牛乳/りんりんりんご【既製品のパン】 	牛乳 りんりんりんご
22 月	ご飯 ポークカレー 大根サラダ (柑橘ドレッシング)	米/豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水/だいこん、きゅうり、にんじん、ノンオイル柑橘ドレッシング/牛乳/果物/米、米みそ(淡色辛みそ)、いりごま、砂糖、水	牛乳 果物 ◎五平餅風 
23 火	ご飯 さばの梅煮 小松菜のお浸し 豆腐のみそ汁	米/さば、生姜、無着色梅干し、砂糖、濃口醤油、酒、水/こまつな、にんじん、濃口醤油、砂糖/豆腐、たまねぎ、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/牛乳/果物/ポークウインナー、米粉のホットケーキミックス、砂糖、豆乳、水、油、ケチャップ 	牛乳 果物 ◎ウインナーパンケーキ(米粉) 
24 水	ご飯 鶏肉のトマトオニオンソース ブロッコリーと人参のポン酢和え もやしとベーコンのスープ	米/鶏もも肉、酒、食塩、たまねぎ、トマト(缶詰)カット、鶏がらスープ、砂糖、ウスターソース、ケチャップ、片栗粉、水/ブロッコリー、にんじん、ポン酢/緑豆もやし、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉	牛乳 果物 ◎豆乳あべかわ 
25 木	ご飯 納豆かき揚げ(玉ねぎ) わかめと胡瓜の和え物 ほうれん草のみそ汁	米/納豆、野焼ちくわ、さつまいも、たまねぎ、薄口醤油、薄力粉、水、油/きゅうり、にんじん、カットわかめ、濃口醤油/ほうれん草、たまねぎ、えのきたけ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水/お茶/ソファール元気ヨーグルト/米、菜めしの素 	お茶 ソファール元気ヨーグルト ◎青菜のおにぎり 
26 金	ご飯 酢豚風 チンゲン菜とコーンのスープ	米/豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、たけのこ、干しいたけ、パン缶、油、濃口醤油、砂糖、酢、ケチャップ、鶏がらスープ、片栗粉/コーン、たまねぎ、チンゲン菜、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水/牛乳/果物/食パン【卵なし】、たまねぎ、合ミンチ、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、春雨、ウスターソース、濃口醤油、油、食塩、薄力粉、パン粉、油	牛乳 果物 ◎カレーパン 
27 土	ごま味ラーメン 果物	中華めん(卵なし麺)、豚肉、はくさい、にんじん、緑豆もやし、青ねぎ、鶏がらスープ、濃口醤油、食塩、ごま油、油、いりごま、水/果物/牛乳/厚切りバウムクーヘン【小麦・卵・乳】 	牛乳 厚切バウムクーヘン
29 月	ハヤシライス キャベツコーンサラダ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ハヤシフレーク、トマト(缶詰)カット、ケチャップ、油、水/キャベツ、ホールコーン、ツナフレーク油漬、マヨドレ/牛乳/りんご、みかん缶、パン缶、あわせるゼリー(マスカット)、水、砂糖/おにぎりせんべい【卵】 	牛乳 ◎フルーツカクテル おにぎりせんべい 
30 火	わかめご飯(まぜ込み) 厚揚げの煮付け 小松菜のすまし汁	米、炊き込みわかめ/厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、にんじん、ごぼ天、三度豆、砂糖、濃口醤油、本みりん、だし昆布、混合だし、水/こまつな、たまねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水/ジョア ストロベリー/果物/薄力粉、きな粉、砂糖、油、豆乳ホイップ、水	ジョア(ストロベリー) 果物 ◎きなこクッキー(油) 

6月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	575 kcal	鉄	2.5 mg
	たんぱく質	20.8 g	カルシウム	256 mg
	脂質	18.9 g	ビタミンC	29 mg
	塩分	2.1 g	食物繊維	4.3 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※1~2歳児クラスは、10時に牛乳がつかます。

※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類、その他季節に応じた果物(6月はメロン)を提供予定です。

