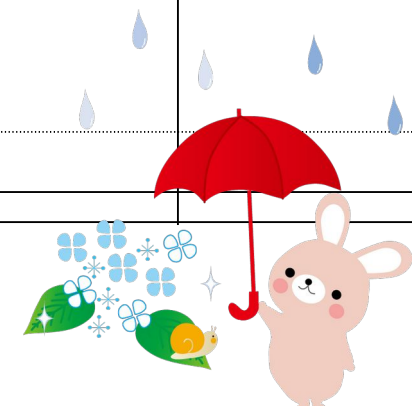


給食メニュー 2026年6月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
2026.06.01	2026.06.02	2026.06.03	2026.06.04	2026.06.05	2026.06.06
ごはん 味噌汁（わかめ・玉ねぎ・ごま） 魚の竜田揚げ 人参胡麻サラダ 梅のり納豆 豆乳寒天 焼塩せんべい	梅おかかごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・わかめ） ピーマンと鶏肉の甘酢炒め きゅうりスティック梅肉添え	雑穀ごはん 豆とキャベツのスープ 魚のハーブムニエル 人参しりしり 果物 かぼちゃのパウンドケーキ	ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚の煮つけ かぼちゃとツナの塩煮 しらす海苔納豆 お誕生日ケーキ	きつねうどん 鶏じゃがよもぎ風味 もずくときゅうりの酢の物 果物 南部せんべい	カレーライス おろし人参ツナ ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2026.06.08	2026.06.09	2026.06.10	2026.06.11	2026.06.12	2026.06.13
ごはん 味噌汁（もやし・油揚げ・ごま） 魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 コーン納豆 サラダチキン きゅうりスティック	ツナと塩昆布の炊き込みご飯 味噌汁（もずく・えのき・ごま） 魚の塩麹トマトソース しらすきゅうりポン酢 きな粉ヨーグルト 果物	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） 魚のカレームニエル ラタトゥイユ ワカメとツナの炒め物 米粉の和風ケーキ 牛乳	ごはん 味噌汁（わかめ・玉ねぎ・ごま） 豚しゃぶしゃぶ塩麹風味 じゃが芋人参のきんぴら 梅おかか納豆 よもぎ水ようかん 玄米おかき	ごはん 味噌汁（豆腐・玉ねぎ・あおさ） 魚とアスパラの梅風味 ソーセージコロコロソテー 果物 玄米ゴマせんべい ほうじ茶	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2026.06.15	2026.06.16	2026.06.17	2026.06.18	2026.06.19	2026.06.20
ごはん 味噌汁（なす・玉ねぎ・ごま） 魚の醤油麹焼き バンバンジー 梅おかか納豆 寒天人参オレンジゼリー 焼塩せんべい	野菜うどん 魚の竜田揚げ 人参と大豆の味噌炒め 果物 みかんヨーグルト レーズン	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・ごま） なすズッキーニ味噌炒め きゅうりスティック梅肉添え 果物 かぼちゃのメープルごま絡め ブルーベリー	ごはん 味噌汁（ブロッコリー・人参・ごま） 魚のゴマ味噌がけ 果物 おくら納豆 ヨーグルトフルーツ寒天 醤油せんべい	梅おかかごはん 味噌汁（豆腐・玉ねぎ・あおさ） 鶏の塩麹焼き 塩麹ポテトサラダ 醤油せんべい	ごはん ポトフ おろし人参ツナ ヨーグルト しらす 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2026.06.22	2026.06.23	2026.06.24	2026.06.25	2026.06.26	2026.06.27
ごはん 味噌汁（豆腐・キャベツ・ごま） 高野豆腐と梅おかかチャンプル かぼちゃとツナの塩煮 コーン納豆 南部せんべい	ごはん 味噌汁（かぼちゃ・玉ねぎ・ごま） 魚のしょうが煮 トマトとわかめのサラダ 冷奴 ミックスヨーグルト ブルーベリー	雑穀ごはん 味噌汁（さつま芋・えのき・ごま） 塩麹ニラレバ 人参とピーマンのきんぴら しらす ぶどうゼリー 玄米おかき	ごはん 味噌汁（人参・玉ねぎ・あおさ） 魚のゴマ味噌がけ ウィンナーと人参のきんぴら 梅おかか納豆 ふかし芋 牛乳	鶏ひじきまぜご飯 味噌汁（さつま芋・玉ねぎ・わかめ） 魚の塩麹トマトソース 金時豆 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 人参納豆 しらす 果物 ヨーグルト レーズン
2026.06.29	2026.06.30				
ごはん 味噌汁（キャベツ・えのき・ごま） 魚の昆布蒸し きゅうりとツナの酢の物 わかめ納豆 みかん寒天 レーズン	梅おかかごはん 味噌汁（豆腐・玉ねぎ・あおさ） 筑前煮 果物 バナナヨーグルト				
<今月の予定> 6月12日（金）食育「ほうじ茶」…水分補給が大切な季節。おやつ時間にほうじ茶を味わいます。 6月19日（金）お料理「塩麹ポテトサラダ」…材料を混ぜ合わせて、ポテトサラダを完成させます。					



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。