



曜日	月	火	水	木	金	土	
日				1	2	3	
主食・飲物				5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	そばろ丼・麦茶	
汁				なめこの味噌汁	豆腐のくずし汁	厚揚げの味噌汁	
主菜				魚の照り焼き	魚の西京焼き	わかめの酢の物	
副菜				納豆和え	切干大根の煮物	漬物	
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)				黒豆煮	ころころおむすび	冷奴	
午後				ひじきのおむすび	きな粉団子	茶むすび	
日	5	6	7	8	9	10	
主食・飲物	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	お弁当の日		5分つきごはん・麦茶	
汁	もやしの味噌汁	わかめの味噌汁	新玉ねぎと新じゃが芋の味噌汁			えのきの味噌汁	かき玉
主菜	真砂揚げ	魚の塩焼き	五目豆			鶏のくわ焼き	煮魚
副菜	きゃべつの昆布和え	ひじきの酢の物	もずくの酢の物			きゃべつの酢の物	梅肉和え
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	えんどう豆	ころころおむすび	煮干せんべい	ころころおむすび	季節の果物	ころころおむすび	
午後	炊き込みおむすび	よもぎもち	筍おむすび	かりかりせんべい	ゆで空豆・煮干しせんべい	きな粉おむすび	
日	12	13	14	15	16	17	
主食・飲物	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	★5分つきごはん・麦茶	炊き込みごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	そばろ丼・麦茶	
汁	寄せ鍋風汁	貝だくさん味噌汁	すまし汁	なめこの味噌汁	豆腐のくずし汁	厚揚げの味噌汁	
主菜	魚の梅焼き	肉豆腐	そら豆のかき揚げ	魚の照り焼き	魚の西京焼き	わかめの酢の物	
副菜	ひじきと大豆の煮物	トマトの酢の物	もやしのごま和え	白和え	切干大根の煮物	漬物	
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	焼きじゃが	ころころおむすび	黒豆煮	ころころおむすび	冷奴	
午後	焼きじゃが	のりおむすび	ういろう	梅こぶおむすび	きな粉団子	茶むすび	
日	19	20	21	22	23	24	
主食・飲物	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	納豆ごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	
主菜	わかめの味噌汁	もやしの味噌汁	新玉ねぎと新じゃが芋の味噌汁	すまし汁	えのきの味噌汁	かき玉	
副菜	魚の塩焼き	真砂揚げ	五目豆	豆腐の味噌煮	鶏のくわ焼き	煮魚	
	ひじきの酢の物	きゃべつの昆布和え	もずくの酢の物	納豆和え	きゃべつの酢の物	梅肉和え	
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	えんどう豆	ころころおむすび	煮干せんべい	ころころおむすび	季節の果物	ころころおむすび	
午後	炊き込みおむすび	みたらし団子	筍おむすび	ひじきのおむすび	ゆで空豆・煮干しせんべい	きな粉おむすび	
日	26	27	28	29	30		
主食・飲物	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶	炊き込みごはん・麦茶	5分つきごはん・麦茶		
汁	貝だくさん味噌汁	寄せ鍋風汁	すまし汁	なめこの味噌汁	豆腐のくずし汁		
主菜	肉豆腐	魚の梅焼き	そら豆のかき揚げ	魚の照り焼き	魚の西京焼き		
副菜	トマトの酢の物	ひじきと大豆の煮物	もやしのごま和え	白和え	切干大根の煮物		
午前(もち、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	焼きじゃが	ころころおむすび	黒豆煮	ころころおむすび		
午後	焼きじゃが	のりおむすび	ういろう	梅こぶおむすび	きな粉団子		



ふきは次の日、かき揚げにして食べたよ!



ごはんは5分つき米です。園に精米機があるので使う都度精米しています。

★「お誕生会メニュー」 *都合により献立が変わる場合があります。

旬(6月)の食材

空豆・キャベツ・新じゃが芋・新たまねぎ
・グリーンピース・うど・カレイ・なつみかん

保小中連携献立について

益田市保育研究会では、学校給食と連携して保育園から中学校の時期まで一貫した食育の取り組みを実施しています。その取組みの一つとしての保小中連携献立です。今月の連携献立は「新玉ねぎと新じゃが芋の味噌汁」です。吉田こども園では、7日と21日の給食に出る予定です。