

6
June

2026



おやつやくの役わり

あたたかくなってくると、外で遊ぶ時間もふえ、体を動かす機会が多くなります。そんなときに大切なのが、おやつです。おやつは、あそびや勉強をがんばるための大切なエネルギーになります。おなかですいたときに食べることで、元気に過ごすことができます。おかしやジュースもおやつの一つですが、とりすぎると夕ごはんが食べられなくなることもあります。時間やりょうを決めて、バランスよく取り入れながら、楽しいおやつの時間にしていきましょう！



もりあい せんせい
森合まな先生
栄養士/元保育園栄養士・
フードスタイリスト
四児の母、料理やお菓子作
りが趣味で、現在はSNSに
てレシピ投稿などを行う

	月	火	水	木	金
1 Week	1 森のくだもの屋さんスティックゼリー スティックポテト のり塩	2 あるとちやいません ソフト豆もち	3 快適野菜ゼリー ソフトサラダ	4 学研の図鑑LIVEゼリー恐竜編 あとひき煎 サラダ	5 餅入り最中 ぷるりんゼリーグレープ
	8 大入りきなこ棒 ハッピーターンミニ4連	9 焼いもようかん どうぶつえんゼリー	10 肉球ラムネ 果汁100%スティックゼリー	11 国産温州みかんゼリー さっぱり塩味	12 こつぶポテコ4連 沖縄パイナップルゼリー
3 Week	15 ぷるりんゼリーピーチ 堅あげポテトブッチ4うすしお味	16 きなこ棒 長野ナガノパープルゼリー	17 こんぶ梅 おにぎりせんべい銀しゃり	18 無添加クッピーラムネピュア ポップコーンしお味	19 わんにゃんゼリー スティックポテトじゃがいもと塩
	22 おしりたんていおしりラムネ 新潟仕込み 塩味	23 細切り芋けんぴ くすゼリー 白桃&シャインマスカット味	24 やさいのラムネ ハッピーターンミニスパイス4連	25 果汁100%ゼリー Jagabeeうすしお味	26 紫の野菜ゼリー ほろほろ焼 和塩
5 Week	29 いちごマシュマロ ぱりんこのり塩味	30 ぷるりんゼリーアップル テキサスコーンお好み焼			

6月献立
原材料表

○：アレルギー …… 商品の中に使用されているアレルギー
●：コンタミネーション …… 原材料として使用していないが、同一工場もしくは同一ラインで使用されており、微量混入の可能性があること。

2026年5月1日作成

月日(曜日)	商品	メーカー	1個あたり kcal	アレルギー																				原材料	コンタミ				
				8品目								20品目																	
				卵	牛乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	ま	ア	い	く	ウ	牛	さ	さ	大	豚	も	や	ま	せ	バ	カ	ア		
				卵	牛乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	ま	ア	い	く	ウ	牛	さ	さ	大	豚	も	や	ま	せ	バ	カ	ア		
6月8日 (月)	大入りきなこ棒	鈴ノ屋	20																○									きな粉（大豆（国産））、水あめ、加工黒糖、ハチミツ、食塩	不規則
	ハッピーターンミニ4連	亀田製菓	78	●	●	●	●												○									うるち米（米国産、国産）、食用油脂、砂糖、でん粉、たん白加水分解物、食塩、麦芽糖／加工でん粉、調味料（アミノ酸）、植物レシチン、（一部に大豆を含む）	28品目
6月9日 (火)	焼いもようかん	やおきん	69	●	●																							焼きいもペースト（インドネシア製造）、砂糖、水飴、マルチトール、寒天／グリシン、乳化剤、香料	不規則
	どうぶつえんゼリー	エースベーカー	15	●											○				●		○	○						【アップル】異性化液糖（国内製造）、濃縮アップル果汁、砂糖、食塩／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（紅花黄、クチナシ）、（一部にりんごを含む） 【グレープ】異性化液糖（国内製造）、濃縮果汁（アップル、グレープ）、砂糖、食塩／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（アカキヤベツ、クチナシ）、（一部にりんごを含む） 【オレンジ】異性化液糖（国内製造）、濃縮果汁（アップル、オレンジ）、砂糖、食塩／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（紅花黄、アカキヤベツ）、（一部にりんご・オレンジを含む） 【ピーチ】異性化液糖（国内製造）、濃縮果汁（アップル、ピーチ）、砂糖、食塩／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（アカキヤベツ、紅花黄）、（一部にりんご・ももを含む） 【パイナップル】異性化液糖（国内製造）、濃縮果汁（アップル、パイナップル）、砂糖、食塩／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、甘味料（ソルビトール）、着色料（紅花黄）、（一部にりんごを含む）	28品目
6月10日 (水)	肉球ラムネ	オリオン	36	●	●										●			●			○	●	●	●				砂糖（国内製造）、水飴、白桃果汁パウダー／乳化剤、酸味料、香料、果実色素	不規則
	果汁100%スティックゼリー	リボン	14	●											○							●	○					濃縮リンゴ果汁（中国製造）、異性化液糖、砂糖、濃縮グレープ果汁、濃縮オレンジ果汁、濃縮ミカン果汁、寒天／ゲル化剤（増粘多糖類）、ソルビトール、酸味料、香料	8品目
6月11日 (木)	国産温州みかんゼリー	和歌山産業	48	●												●	●		●		●	●	●	●				砂糖（タイ製造又は韓国製造）、みかん濃縮果汁／甘味料（ソルビトール）、ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、乳酸カルシウム、pH調整剤、酸化防止剤（酵素処理ルチン、V. C）、香料、着色料（カロチノイド）	28品目
	さっぱり塩味	ホンダ製菓	35	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	○	●	●	●	●	●	●	●	●	うるち米（国産）、植物油（米油）、もち粉（もち米（タイ産））、でん粉、砂糖、食塩／加工でん粉、調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（オレザノール、ビタミンE）、（一部に大豆を含む）	28品目
6月12日 (金)	こつぶポテト4連	東ハト	77	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	乾燥ポテト（外国製造）、植物油脂、食塩／加工澱粉、調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（ビタミンE）	不規則
	沖縄パイナップルゼリー	エースベーカー	13	●											●				●		●	●						異性化液糖（国内製造）、濃縮パイナップル果汁（沖縄県産100%）／ゲル化剤（増粘多糖類）、酸味料、香料、着色料（紅花黄）	28品目
6月13日 (土)																													

6月献立
原材料表

○：アレルギー …… 商品の中に使用されているアレルギー
●：コンタミネーション …… 原材料として使用していないが、同一工場もしくは同一ラインで使用されており、微量混入の可能性があると。

2026年5月1日作成

月日(曜日)	商品	メーカー	1個あたり kcal	アレルギー																				原材料	コンタミ	
				8品目								20品目														
				卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	ま	あ	い	く	ま	ア	カ	ソ	イ	モ	ナ	ツ				
6月29日 (月)	いちごマシュマロ	エイワ	36	●	●	●																			水あめ(国内製造)、砂糖、麦芽糖、ぶどう糖、ゼラチン、コーンスターチ、濃縮イチゴ果汁、濃縮リンゴ果汁、大豆たんばく、イチゴパウダー、砂糖混合ぶどう糖果糖液糖/ソルビトール、酸味料、ゲル化剤(ペクチン)、着色料(ビートルレッド)、香料	8品目
	ばりんこのり塩味	三幸製菓	30	●	●			●																	米(米国産、豪州産、その他)、植物油脂、食塩、アオサ、砂糖、青のり、酵母エキス、油脂加工品、かつお節パウダー、香辛料/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、植物レシチン(大豆由来)、香料、酸化防止剤(ローズマリー抽出物)	8品目
6月30日 (火)	ぶるりんゼリーアップル	富士正食品	18	●	●																				異性化液糖(国内製造)、還元水あめ、砂糖、アップル濃縮果汁、果糖/ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、(一部にりんごを含む)	不規則
	テキサスコーンお好み焼	松山製菓	53	●	●	●																			コーングリッツ(国内製造)、植物油脂、粉末ソース、糖類(砂糖、ぶどう糖)、食塩、オニオンパウダー、香味油、デキストリン/調味料(アミノ酸等)、加工でん粉、酸味料、カラメル色素、香辛料抽出物、甘味料(カンゾウ)、香料、(一部に大豆・りんご・ゼラチンを含む)	8品目