



予定献立表 7月



日	曜日	3歳未満朝のおやつ	メニュー	材 料	午後のおやつ	おやつ材料
1	水	のむヨーグルト お菓子	青菜ご飯 お味噌汁 カレイのから揚げ なすの煮ひだし ひじき煮 ミニゼリー	米 青菜 / 油揚げ 豆腐 しめじ 玉ねぎ もやし 昆布 鰹節 いらこ 味噌 カレイ 唐揚げ粉 揚げ油 / なす 油あげ だし 砂糖 醤油 みりん ひじき 人参 平天 だし 砂糖 醤油 / ミニゼリー	牛乳 ホットケーキ	ホットケーキミックス 卵 牛乳
2	木	チーズ クラッカー 牛乳	パン レタスと卵のスープ 手作りミートボール トマト マカロニサラダ 果物	ロールパン / レタス 卵 玉ねぎ ベーコン えのき パセリ コンソメ 豆腐 合い挽きミンチ 玉ねぎ ハン粉 卵 塩 ケチャップ / トマト マカロニ 胡瓜 人参 ハム マヨネーズ 塩 / 果物	グレープジュース お菓子	お菓子
夏祭りメニュー			おむすび そうめん ポテト リンゴジュース お菓子	米 わかめ / カラーそうめん 皇のチップ めんつゆ / フレンチポテト 揚げ油 塩 鶏肉 生姜 にんにく 塩 醤油 ごま油 ごま 片栗粉 揚げ油 / 胡瓜 塩 とうもろこし 砂糖 醤油 みりん / ミニゼリー	牛乳 たこ焼き	たこ焼き(既製品) 揚げ油 ソース
3	金	リンゴジュース お菓子	ごまザンギ スティック胡瓜 焼きとうもろこし ミニゼリー	鶏肉 生姜 にんにく 塩 醤油 ごま油 ごま 片栗粉 揚げ油 / 胡瓜 塩 とうもろこし 砂糖 醤油 みりん / ミニゼリー	牛乳 たこ焼き	たこ焼き(既製品) 揚げ油 ソース
4	土	お茶 お菓子	豚丼 具だくさんお味噌汁 果物	米 豚肉 玉ねぎ えのき だし 砂糖 醤油 みりん 油揚げ 豆腐 しいたけ なす もやし だし 味噌 果物	お茶 お菓子 ミニゼリー	お菓子 ミニゼリー
6	月	牛乳 お菓子	ミネラルふりかけご飯 お吸い物 豚肉の南部焼き 卵焼き キャベツのおかか和え 果物	米 ミネラルふりかけ / 油揚げ 豆腐 えのき 鰹 わかめ ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 塩 醤油 豚肉 卵 ごま 生姜 砂糖 醤油 / 卵 砂糖 塩 油 キャベツ 人参 鰹節 醤油 塩 ごま油 / 果物	牛乳 黒糖くずもち	黒糖 くず粉 きなこ 砂糖 塩
七夕メニュー			ドライカレー コンソメスープ 牛乳 果物	米 合い挽きミンチ 玉ねぎ カラー粉 塩コショウ 油 / キャベツ ベーコン 人参 玉ねぎ なす パセリ コンソメ コーン 玉ねぎ 小麦粉 卵 塩 揚げ油 / 胡瓜 塩 皇のポテト(既製品) 揚げ油 / 人参 砂糖 塩 マーガリン / 果物	ヨーグルト お菓子 お茶	お菓子
7	火	牛乳 果物	コーンのかき揚げ 胡瓜の塩もみ 皇のポテト 人参グラッセ 果物	コーン 玉ねぎ 小麦粉 卵 塩 揚げ油 / 胡瓜 塩 皇のポテト(既製品) 揚げ油 / 人参 砂糖 塩 マーガリン / 果物	ヨーグルト お菓子 お茶	お菓子
ニコニコ給食の日			わかめご飯 お味噌汁 お茶 お菓子	米 わかめ / 油揚げ 豆腐 えのき わかめ カボチャ ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 味噌 鮭 白味噌 砂糖 みりん / じゃが芋 青のり 塩 もやし ささみ 人参 胡瓜 ごま ごま油 醤油 すし酢 / 果物	りんごゼリー お菓子 お茶	リンゴジュース 砂糖 ゼラチン お菓子
8	水	お茶 お菓子	鮭の西京焼き のり塩こぶき芋 もやしナムル 果物	鮭 白味噌 砂糖 みりん / じゃが芋 青のり 塩 もやし ささみ 人参 胡瓜 ごま ごま油 醤油 すし酢 / 果物	りんごゼリー お菓子 お茶	リンゴジュース 砂糖 ゼラチン お菓子
9	木	チーズ クラッカー 牛乳	パン ミネストローネ 鶏肉のピカタ スティック胡瓜 フレンチサラダ 果物	レーズンロール / じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ パセリ カットトマト ベーコン コンソメ 鶏肉 塩 小麦粉 卵 油 / 胡瓜 塩 醤油 レタス パプリカ 胡瓜 コーン イタリアンドレッシング / 果物	アイスクリーム お菓子 お茶	アイスクリーム(既製品) お菓子
10	金	牛乳 お菓子	ごま塩ご飯 かきたま汁 げんこつ焼き 青菜チャンプルー 切り干し大根煮 ミニゼリー	米 ごま塩 / 卵 しらす 玉ねぎ えのき ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 塩 醤油 牛肉 玉ねぎ 小麦粉 塩 醤油 にんにく ごま油 卵 / 小松菜 人参 豆腐 油 砂糖 醤油 切り干し大根 油揚げ 人参 だし 砂糖 醤油 みりん / ミニゼリー	牛乳 手作りクッキー	小麦粉 卵 マーガリン 砂糖
11	土	お茶 お菓子	チャーハン 中華スープ 果物	米 鶏ミンチ 玉ねぎ ミックスベジタブル 塩コショウ 油 えのき わかめ 人参 玉ねぎ 中華味 塩 果物	お茶 お菓子 ミニゼリー	お菓子 ミニゼリー
13	月	牛乳 お菓子	わかめご飯 お味噌汁 豚肉の生姜焼き トマト スクランブルエッグ 果物	米 わかめ / 油揚げ 南瓜 しめじ 豆腐 もやし ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 味噌 豚肉 生姜 砂糖 醤油 料理酒 / トマト 卵 砂糖 塩 油 / 果物	牛乳 玄米フレックスナック	玄米フレック マシュマロ マーガリン
14	火	牛乳 果物	パン コンソメスープ 豆腐の揚げ団子 こぶき芋 ひじきサラダ 果物	ロールパン / 人参 玉ねぎ 冬瓜 しめじ キャベツ ベーコン パセリ コンソメ 豆腐 ミックスベジタブル 鶏ミンチ ハン粉 卵 塩 揚げ油 / じゃが芋 塩 ひじき だし 砂糖 醤油 人参 ツナ ほうれん草 マヨネーズ / 果物	ヨーグルト お菓子 お茶	お菓子
誕生会メニュー			じゃこご飯 お吸い物 りんごジュース お菓子	米 ちりめんじゃこ だし 砂糖 醤油 / 油揚げ 鰹 わかめ 豆腐 えのき 冬瓜 ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 塩 醤油 鶏肉 唐揚げ粉 揚げ油 / コーン 砂糖 塩 パスタ しめじ ベーコン 玉ねぎ 人参 油 塩 醤油 / ミニゼリー	牛乳 デコレーションカップケーキ	ホットケーキミックス 卵 マーガリン 砂糖 ホイップクリーム
17	金	りんごジュース お菓子	鶏肉のから揚げ コーンソテー 和風パスタ ミニゼリー	鶏肉 唐揚げ粉 揚げ油 / コーン 砂糖 塩 パスタ しめじ ベーコン 玉ねぎ 人参 油 塩 醤油 / ミニゼリー	牛乳 デコレーションカップケーキ	ホットケーキミックス 卵 マーガリン 砂糖 ホイップクリーム
21	火	牛乳 果物	ゆかりご飯 中華スープ 鶏肉のハーベキュー焼き もやしナムル ピーマンのおかか和え 果物	米 ゆかり / クリームコーン えのき 玉ねぎ 人参 ねぎ 中華味 塩 鶏肉 塩 小麦粉 油 ケチャップ 中華ソース 砂糖 / もやし 胡瓜 人参 ツナ すし酢 醤油 ごま油 ピーマン 鰹節 砂糖 醤油 ごま油 / 果物	ヨーグルト お菓子 お茶	お菓子
鮎ののつかみ取り			3歳未満 鮎飯 牛乳 果物	米 鮎飯の素 米 青菜 / 鮎 塩 豚肉 玉ねぎ しめじ もやし 人参 里芋 豆腐 ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 味噌 / ミニゼリー	ヨーグルト お菓子 お茶	お菓子
28	火	牛乳 果物	3歳以上 青菜ご飯 鮎の塩焼き 豚汁 ミニゼリー	米 青菜 / 鮎 塩 豚肉 玉ねぎ しめじ もやし 人参 里芋 豆腐 ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 味噌 / ミニゼリー	ヨーグルト お菓子 お茶	お菓子
29	水	のむヨーグルト お菓子	ふりかけご飯 お味噌汁 鯛のカレー天ぷら トマト ごま和え ミニゼリー	米 ふりかけ / 油揚げ 豆腐 なす 玉ねぎ しいたけ わかめ ねぎ 昆布 鰹節 いらこ 味噌 鯛 小麦粉 塩 卵 カラー粉 揚げ油 / トマト ほうれん草 人参 ハム もやし ごま 砂糖 醤油 / ミニゼリー	お茶 ミルクくずもち	牛乳 片栗粉 黒糖 砂糖 塩 きなこ
30	木	チーズ クラッカー 牛乳	パン クリームシチュー ホークチャップ スティック胡瓜 フレンチサラダ 果物	ロールパン / ベーコン じゃが芋 人参 玉ねぎ コーン ルー パセリ 豚肉 人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ 砂糖 塩コショウ / 胡瓜 塩 醤油 サニーレタス ツナ パプリカ イタリアンドレッシング / 果物	牛乳 フライドポテト	フレンチポテト 揚げ油 塩
31	金	グレープジュース お菓子	カレーライス ゆで卵 パンキンサラダ ミニゼリー	米 豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ルー 卵 マヨネーズ カボチャ ツナ パプリカ マヨネーズ 塩 / ミニゼリー	牛乳 ジャムサンド	食パン いちごジャム

3日は夏祭りです。みんなで楽しみましょう。7日は七夕メニューです。お楽しみに！ 令和8年度 認定こども園おとり
28日は鮎のつかみ取りの日です。捕まえた鮎は塩焼きにさせていただきます。命の大切さを体験します。

