

2026年7月献立表①

	献立名	材料名				午前 <small>(3歳児未満)</small>
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
1	水 味噌ラーメン しゅうまい バナナ	ラーメン、ごま油、 コーン、サラダ油、 米	豚肩スライス、味 噌、しゅうまい、鯉 節、牛乳	人参、キャベツ、もや し、にら、バナナ、生 姜	鶏がらスープ、みり ん、中華だし、醤油、 麦茶	あんぱんまんせんべい 牛乳 おほかおにぎり 麦茶
2	木 ご飯 カレーの煮つけ 春雨炒め 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	米、砂糖、春雨、 サラダ油、ごま油	黄金カレイ、鶏豚 ミンチ、チキンナ ゲツ、味噌、牛乳	玉ねぎ、もやし、人 参、キャベツ	醤油、料理酒、みり ん、中華だし、こんぶ だし、塩、ケチャップ、 麦茶	やわらかおかき(のり塩) 麦茶 チヂミ(ケチャップ) 牛乳
3	金 ご飯 照り焼きチキ(ほうれん草ソテー) オレンジ すまし汁(わかめ・ねぎ)	米、片栗粉、コー ン、さつま芋、砂 糖、マーガリン、 メープルシロップ	鶏もも肉、牛乳、わ かめ	ほうれん草、オレンジ 、ねぎ	蒲焼のたれ、みりん、 鶏がらスープ、白だし、 料理酒、麦茶	サッポロポテト 麦茶 スイートポテト 牛乳
4	土 ソース焼きそば 餃子 すまし汁(えのき・玉ねぎ)	焼きそば麺、サラ ダ油、ドームケー キ(カスタード)	鶏豚ミンチ、ぎょう ざ、牛乳、青のり	キャベツ、人参、玉ね ぎ、えのき	オイスターソース、中 濃ソース、中華だし、 中華スープ、白だし、 料理酒、麦茶	ハーベスト 麦茶 ドームケーキ(カスタード) 牛乳
6	月 ご飯 さばのみそ煮 ブロッコリーサラダ すまし汁(大根・葉)	米、砂糖、コーン、 マカロニ	鯖、ツナフレーク、 牛乳、味噌	生姜、ブロッコリー、 人参、大根、大根の 葉	料理酒、醤油、中華 スープ、ミートソース、 ケチャップ、コンソメ、 塩、麦茶	やわらかおかき(コンボタ) 麦茶 ミートマカロニ 牛乳
7	火 七夕そうめん 野菜コロッケ バナナ	そうめん、野菜コ ロッケ、コーン、お 星さまゼリー、サ ラダ油	鶏むね肉、牛乳	人参、オクラ、バナナ	料理酒、みりん、こん ぶだし、白だし、醤 油、中濃ソース、麦 茶、白だし	サッポロポテト 麦茶 お星さまゼリー 牛乳
8	水 チキンカレー 春雨サラダ オレンジ コンソメ(玉ねぎ・ほうれん草)	米、押麦、ポテト、春 雨、コーン、アンパ ンまんせんべい、マ リービスケット、砂糖	鶏むね肉、牛乳	玉ねぎ、人参、きゅう り、オレンジ、ほうれ ん草	カレーフレーク、中華 スープ、鶏がらスー プ、コンソメ、麦茶	ルヴァン 麦茶 あんぱんまんせんべい 牛乳
9	木 ご飯 魚の蒲焼あん もやしのツナ和え 味噌汁(白菜・人参)	米、片栗粉、サラ ダ油、白糖の 素、砂糖	メルルーサ、ツナ フレーク、味噌、 牛乳	もやし、人参、ほうれ ん草、白菜	蒲焼のたれ、みりん、 中華スープ、こんぶ だし、麦茶	ビスコ 牛乳 プリン 麦茶
10	金 ご飯(かつおふりかけ) 鶏肉じゃが キャベツのごまサラダ 味噌汁(小松菜・えのき)	米、ポテト、砂糖、食 パン、イチゴジャ ム、ブルーベリージャ ム、コーン	鶏小間肉、味噌、 牛乳	玉ねぎ、人参、キャベ ツ、きゅうり、貝割れ 大根、小松菜、えの き	味かつおふりかけ、こ んぶだし、醤油、みり ん、ごまドレッシン グ、麦茶	ソフトサラダ 麦茶 ジャムサンド 牛乳
11	土 ご飯 ささみチーズフライ 焼きドーナツ(豆 乳)、サラダ油	米、マヨネーズ、 焼きドーナツ(豆 乳)、サラダ油	ささみチーズフライ、 牛乳、豆腐、ツ ナフレーク、味噌	大根、きゅうり、人 参、大根の葉	中濃ソース、こんぶだ し、麦茶	星たべよ 麦茶 豆乳焼きドーナツ 牛乳
13	月 ご飯 おやこ煮 ひじき中華サラダ 味噌汁(揚げ・豆腐)	米、砂糖	鶏むね肉、ツナフ レーク、ひじき、揚 げ、豆腐、味噌、 ヨーグルト、牛乳、 卵	玉ねぎ、人参、いん げん、バナナ、みか ん缶	昆布つゆ、中華スー プ、こんぶだし、麦茶	マリービスケット 牛乳 フルーツヨーグルト 麦茶
14	火 納豆ご飯 鮭の塩焼き ブロッコリーサラダ すまし汁(大根・大根の葉)	米、コーン、さつま 芋、サラダ油、砂 糖、マヨネーズ	納豆、ピンクサー モン、チキンフ レーク、牛乳	ブロッコリー、人参、 大根、大根の葉	塩、醤油、白だし、料 理酒、麦茶	ルヴァン 麦茶 さつま芋チップス 牛乳
15	水 豚肉のスタミナ炒め丼 バナナ 味噌汁(白菜・えのき)	米、砂糖、片栗 粉、ごま、フル チェの素(イチゴ)	豚肩スライス、味 噌、牛乳	玉ねぎ、ねぎ、生姜、 白菜、えのき、にんに く、バナナ	醤油、みりん、料理 酒、こんぶだし、麦茶	星たべよ 牛乳 フルチェ 麦茶

※仕入れにより献立を変更する場合がございます。

2026年7月献立表②

	献立名	材料名				午前 <small>(3歳児未満)</small>
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	午後
16	木 ご飯 マーボー豆腐 フルーツゼリー 中華スープ(玉ねぎ・葉)	米、片栗粉、ごま 油、ゼリーの素 (ピーチ)、食パン、 マーガリン、砂糖	牛乳、鶏豚ミン チ、豆ミンチ、豆 腐、味噌	玉ねぎ、人参、生姜、 大根の葉、黄桃缶、 洋梨缶	中華だし、醤油、塩、 こしょう、麦茶、コンソ メ	やわらかおかき(きな粉) 牛乳 ジュガードーナツ 麦茶
17	金 ミートソーススパ コールスローサラダ オレンジ コンソメスープ(玉ねぎ・ほうれん草)	スパゲティ、砂糖、 小麦粉、コーン、マ ヨネーズ、米	牛乳、牛豚ミン チ、豚ミンチ、揚げ	人参、玉ねぎ、キャベ ツ、きゅうり、オレンジ 、ほうれん草	トマトピューレ、ケチャ ップ、中濃ソース、ハヤシ フレーク、コンソメ、塩、 こしょう、鶏がらスープ、 醤油、麦茶	サッポロポテト 牛乳 きつねおにぎり 麦茶
18	土 ご飯 カレーの煮つけ 小松菜ともやしの和え物 味噌汁(豆腐・揚げ)	米、砂糖、ドーム ケーキ(カスタード)	カレイ、豆腐、揚 げ、味噌、牛乳	生姜、小松菜、もや し、人参	麦茶、醤油、料理酒、 みりん、こんぶだし	ハーベスト 麦茶 ドームケーキ 牛乳
21	火 ご飯 さわらの西京焼き(ほうれん草ソテー) わかめ中華和え すまし汁(大根・葉)	米、コーン、砂糖、 フライドポテト、サ ラダ油、ヤクルト	さわら、白味噌、 わかめ	ほうれん草、人参、 きゅうり、大根、大根 の葉	麦茶、料理酒、みり ん、鶏がらスープ、中 華スープ、白だし、 塩、ケチャップ	サッポロポテト 麦茶 フライドポテト(ケチャップ) ヤクルト
22	水 ご飯(のりたまふりかけ) 豚肉の生姜焼き オレンジ 味噌汁(人参・えのき)	米、サラダ油、砂 糖、食パン、イチ ゴジャム、ブルー ベリージャム	豚肉の生姜焼き、 牛乳	玉ねぎ、人参、生姜、 オレンジ、えのき	麦茶、醤油、料理酒、 こんぶだし、のりたま ふりかけ	ルヴァン 麦茶 ジャムサンド 牛乳
23	木 ご飯 魚のオーロラス(ロコロベト) 大根ツナサラダ 味噌汁(豆腐・大根の葉)	米、片栗粉、サラ ダ油、砂糖、ポテ ト、ココア	メルルーサ、青さ のり、ツナ、豆腐、 味噌、牛乳	大根、人参、きゅう り、大根の葉、バナナ	麦茶、中濃ソース、ケ チャップ、中華スー プ、こんぶだし	ビスコ 麦茶 ほななココア 牛乳
24	金 けんちんうどん ミートボール バナナ	うどん、砂糖、米	牛乳、鶏むね肉、 豆腐、揚げ、チキ ンボール、鶏そぼ ろ	ごぼう、しめじ、大 根、人参、ねぎ、パ ナ、生姜	料理酒、みりん、こん ぶだし、醤油、白だ し、ケチャップ、中濃 ソース、麦茶	ソフトサラダ 牛乳 そぼろおにぎり 麦茶
25	土 チャーハン カレーコロッケ わかめスープ(玉ねぎ・わかめ)	米、ごま油、コー ンコロッケ、サラ ダ油、焼きドーナツ (チョコ)	卵、鶏豚ミンチ、 わかめ、牛乳	人参、玉ねぎ	麦茶、中華だし、塩こ しょう、醤油、中濃 ソース、白だし、料理 酒	星たべよ 麦茶 チョコ焼きドーナツ 牛乳
27	月 納豆ご飯 鮭の塩焼き ひじきのサラダ 味噌汁(白菜・人参)	米、マヨネーズ、コッ ペパン、サラダ油、 砂糖	納豆、ピンクサー モン、まぐろフレ ーク、芽ひじき、味 噌、きな粉、牛乳	人参、白菜	塩、醤油、こんぶだ し、麦茶	ビスコ 麦茶 きなこ揚げパン 牛乳
28	火 夏野菜カレー トマトときゅうりのチキンサラダ バナナ コンソメスープ(玉ねぎ・ほうれん草)	米、押麦、ポテト、 コーン、小麦粉、 片栗粉、砂糖、サ ラダ油	鶏むね肉、チキン フレーク、牛乳	玉ねぎ、人参、なす、 トマト、きゅうり、パ ナ、ほうれん草	麦茶、ケチャップ、カ レーフレーク、中華 スープ、コンソメ、鶏 がら	ルヴァン 麦茶 クッキー 牛乳
29	水 ご飯 厚揚げのそぼろ炒め マカロニサラダ すまし汁(えのき・チンゲン菜)	米、サラダ油、砂 糖、片栗粉、マカロ ニ、コーン、マヨネ ーズ、焼きそば麺	牛乳、厚揚げ、鶏 豚ミンチ、豆ミン チ、ウィンナー、青 さのり	玉ねぎ、人参、しめ じ、きゅうり、チンゲ ン菜、えのき、キャベ ツ、もやし	料理酒、中華だし、醬 油、塩こしょう、白だ し、オイスターソース、中濃 ソース、麦茶	星たべよ 牛乳 ソース焼きそば 麦茶
30	木 ☆ご飯(かつおふりかけ) ハンバーグ(ブロッコリー) オレンジゼリー コンソメスープ(キャベツ・人参)	米、パン粉、砂 糖、ゼリーの素(オ レンジ)、ロール ケーキ(いちご)	鶏豚ミンチ、牛豚 ミンチ、豆腐、牛 乳、卵	玉ねぎ、ブロッコ リー、キャベツ、人参	麦茶、かつおふりか け、コンソメ、塩、ケ チャップ、中濃ソー ス、鶏がら、	やわらかおかき(きな粉) 麦茶 いちごロールケーキ 牛乳
31	金 ご飯 さばの竜田揚げ 蒸鶏のサラダ 味噌汁(キャベツ・揚げ)	米、サラダ油、 コーン、片栗粉、 麩、砂糖、マーガ リン	さば、ささみほぐ し、揚げ、味噌、 牛乳	生姜、きゅうり、キャ ベツ	麦茶、醤油、料理酒、 こんぶだし、ごまド レッシング	サッポロポテト 麦茶 ジュガードーナツ 牛乳

☆誕生会メニュー
★季節の果物
プレミアムスイーツ

遅れてきた梅雨が、蒸し暑さを感じさせます。いよいよ、みんなが育てている野菜たちが大きくなってき
ました。立派に育った野菜たちを観察したり、絵に描いたりしたあとは、時期をみて収穫していく予定です。