

2026年 7月 保育園給食献立表

しみず保育園

(予定)

日	曜	3歳未満児 午前のおやつ	昼 食		午後のおやつ
			副 食	3歳未満児	
1	水	ヨーグルト	わかめご飯 ほっけ焼き 炒り卵あえ えのきと豆腐のすまし汁		牛乳 スイートパンプキン
2	木	牛乳	ごはん 豆腐ステーキミートあんかけ ひじき煮 なすのみそ汁 たくあん漬		カルピス クラッカー
3	金	牛乳	ごはん ツナ缶コロッケ 小松菜のソテー トマト 五目かきたま汁		スキムミルク イギリストースト
4	土	プリン	五目中華 ゆで卵 フルーツヨーグルトあえ	ごはん	牛乳 パイ菓子
6	月	牛乳	ごはん ボークカレー 野菜サラダ わかめスープ 福神漬		スキムミルク 黒糖蒸しパン
7	火	牛乳	ごはん 七夕そうめん 卵焼き ほうれん草とえのきのおひたし		アイスクリーム
8	水	野菜ジュース	ごはん 魚五目あんかけ ふきの煮物 なめこのみそ汁 味付けのり		牛乳 お好み焼き
9	木	牛乳	ごはん メンチカツ ツナサラダ トマト チンゲン菜のスープ		ヨーグルト 南部せんべい
10	金	牛乳	ごはん いり豆腐 しらすとわかめあえ 大根のみそ汁 ふりかけ		スキムミルク 野菜スナック
11	土	ヨーグルト	ハンパンのチーズサンドフライ マカロニナポリ トマト ポテトスープ	ごはん	牛乳 しょうゆせんべい
13	月	りんごジュース	ごはん 肉じゃが キャベツの塩昆布和え オクラのみそ汁 五目納豆		牛乳 みそもち
14	火	牛乳	ごはん おでん ささみともやしの酢みそあえ かきたま汁 のり佃煮		牛乳 薄焼きせんべい
15	水	ヨーグルト	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き スパゲティソテー 豚肉ときゅうりのスープ ふりかけ		牛乳 ロールケーキ
16	木	牛乳	わかめご飯 酢鶏 白菜とコーンのごまあえ ほうれん草のみそ汁		スキムミルク ツナサンド
17	金	牛乳	ミートボール スパゲティサラダ トマト	ごはん キャベツスープ	アイスクリーム
18	土	ヨーグルト	コーンシチュー チキンナゲット シーフードサラダ	ロールパン	牛乳 クッキー
20	月	海の日			
21	火	牛乳	ごはん 大根のみそ煮込み ビーフソテー 豆腐とわかめのすまし汁 ふりかけ		スキムミルク ミニドッグ
22	水	豆乳	ごはん 鮭フライ ポテトサラダ トマト 小松菜のスープ		牛乳 クリームパン
23	木	牛乳	ごはん 柳川もどき ほうれん草のおかかあえ キャベツのみそ汁 味付けのり		ヤクルト えびせん
24	金	牛乳	わかめご飯 揚げだし豆腐 彩りあえ じゃがいものみそ汁		スキムミルク ひねりあげ
25	土	ヨーグルト	冷やしうどん ボイルブロッコリー フライドポテト	ごはん	牛乳 小魚せんべい
27	月	牛乳	チャーハン きゅうりとわかめの酢の物 ウィンナー もやしとにらのスープ		牛乳 おさつスティック
28	火	牛乳	ツナとコーンの炊き込みご飯 豆腐と肉のハンバーグ じゃがいもとベーコン炒め トマト モロヘイヤスープ		アイスクリーム
29	水	ヨーグルト	ごはん 豆腐とえびの炒め煮 ほうれん草のごまあえ 白菜のみそ汁 ふりかけ		牛乳 コーンスナック
30	木	牛乳	ごはん さばの竜田揚げ かぼちゃの煮物 豚汁 きゅうり漬け		スキムミルク ピザトースト
31	金	牛乳	ごはん シュウマイ 切り干し大根の煮物 レタススープ おろし納豆		りんごジュース ビスケット

☆17日(金)は、お楽しみランチです。

☆28日(火)は、お誕生会です。

※果物は、毎日付きます。

※つぼみ、ちゅうりっぷ組の朝のおやつには、お菓子か果物が付きます。

※つぼみ組の給食は、献立の内容により調理方法や食材を変更する場合があります。

