

献立予定表 7月上旬

今月の目標:しっかり食べて、夏バテしない体を作りましょう。

2026年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 水	ごはん ほうれん草 お浸し	鶏肉ケチャップ煮 キャベツのごま和え、黄桃缶 アンパンマンポテト スープ(豆腐、油揚げ)	油 アンパンマンポテト	若鶏もも皮なし ごま 豆腐 油揚げ	玉葱、人参、ピーマン キャベツ、きゅうり 黄桃缶	麦茶 ウエハース	麦茶 せんべい
2 木	ごはん 大根煮物	コーンシチュー スパゲティサラダ ミートボール オレンジ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ サラスパ	ベーコン、脱脂粉乳 魚肉ソーセージ ミートボール	人参、玉葱、コーン缶 きゅうり、レタス グリーンピース オレンジ	麦茶 クラッカー	牛乳 チーズボール 揚げ
3 金	ごはん 鮭缶	春雨の中華炒め ブロッコリーおかか和え 焼き豚、バナナ 味噌汁(わかめ、えのき茸)	春雨、ごま油	豚肩ロース 焼き豚 かつお節	人参、玉葱 しいたけ、ニラ ブロッコリー、わかめ えのき茸、バナナ	麦茶 ビスケット	マスカット ジュース ウエハース
4 土	ごはん さつま芋 煮物	肉豆腐 もやしのナムル かまぼこ、パイン缶 味噌汁(大根・なめこ)	油、ごま油 片栗粉	豚肩ロース 豆腐、ごま かまぼこ	玉葱、人参 もやし、きゅうり なめこ、大根 パイン缶	麦茶 クッキー	麦茶 揚げ菓子
5 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
6 月	ごはん いんげん 煮物	れんこん挟み揚げ ところてんサラダ かぼちゃ煮物、みかん缶 味噌汁(白菜・人参)	砂糖 ごま油、片栗粉 油 バター	鶏ひき肉 魚肉ソーセージ	レタス、きゅうり 白菜、人参、れんこん ところてん、かぼちゃ みかん缶	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
7 火 ☆七夕☆ ★お誕生会★	七タラーメン チキンカツ、星ポテト レタsgoまサラダ スイカ	中華麺、油 ごまドレッシング 星ポテト 小麦粉、パン粉	若鶏もも皮なし 錦糸卵 ロースハム	人参、オクラ きゅうり、レタス コーン缶、スイカ	麦茶 ウエハース	キラキラゼリー	
8 水	ごはん 豆腐煮物	夏野菜カレー ほうれん草サラダ ウインナー 黄桃缶、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース 脱脂粉乳 ウインナー 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 なす、ピーマン ほうれん草、キャベツ 黄桃缶	麦茶 クラッカー	牛乳 クッキー
9 木	おにぎり 	けんちん汁 マカロニサラダ チキンナゲット オレンジ	マカロニ マヨネーズ	若鶏もも皮なし 焼き豆腐 チキンナゲット 魚肉ソーセージ	人参、しめじ 大根、レタス きゅうり、長葱 オレンジ	麦茶 ビスケット	麦茶 かりんとう
10 金	ごはん ブロッコリー 和え物	さばのごま揚げ サラダうどん、のり佃煮 ゆで卵、ミニトマト すまし汁(豆腐・玉葱)	茹でうどん 片栗粉 油 和風ドレッシング	さば、卵 豆腐 魚肉ソーセージ ごま	玉葱 レタス、きゅうり ミニトマト のり佃煮	麦茶 クッキー	豆乳 せんべい
11 土	🚩 運動会 🚩 ※全園児に水分補給として麦茶を提供します。						
12 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
13 月	ごはん チンゲン菜 おかか和え	カニ卵焼き なすのミートスパゲティ チーズ、パイン缶、ふりかけ スープ(もやし・わかめ)	サラスパ バター	カニふぶき 卵、豚ひき肉 チーズ	玉葱、人参、なす ふりかけ、わかめ 万能葱、もやし パイン缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー
14 火	ごはん コーン 煮物	麻婆豆腐 キャベツサラダ 肉シュウマイ バナナ、麦茶	ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉、豆腐 肉シュウマイ	人参、ピーマン、長葱 しいたけ、キャベツ きゅうり、バナナ	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
15 水	ごはん さんま缶	鶏肉のカレー唐揚げ レタス和風ツナサラダ 大根の煮物、オレンジ 味噌汁(じゃが芋・油揚げ)	油、片栗粉 和風ドレッシング じゃが芋	若鶏もも皮なし ツナ缶 油揚げ	レタス、きゅうり 大根、コーン缶 人参 オレンジ	麦茶 クラッカー	ヨーグルト せんべい
16 木	ごはん ちくわ 煮物	ハヤシライス ブロッコリーサラダ ポークビッツ 黄桃缶、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	豚肩ロース ポークビッツ 脱脂粉乳	人参、玉葱、コーン缶 グリーンピース ブロッコリー 黄桃缶	麦茶 ビスケット	牛乳 パウムクーヘン



献立予定表 7月下旬

今月の目標:しっかり食べて、夏バテしない体を作りましょう。

2026年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
17 金	ごはん ところてん	クリームコロッケ 小松菜と油揚げの炒り煮 きゅうりカニサラダ、メロン 味噌汁(豆腐・わかめ)	油、小麦粉 パン粉 マヨネーズ	牛乳、油揚げ カニふぶき 豆腐	小松菜、えのき茸 人参、きゅうり もやし、わかめ メロン	麦茶 クッキー	牛乳 揚げ菓子
18 土	ごはん かまぼこ	ハンバーグ ひじきの煮物 シルバーサラダ、みかん缶 すまし汁(人参・玉葱)	マヨネーズ 糸こんにゃく 春雨	豚ひき肉 油揚げ 魚肉ソーセージ	ひじき、しいたけ 人参、きゅうり 玉葱、レタス みかん缶	麦茶 せんべい	プリン クッキー
19 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
20 月	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
21 火	ごはん 粉ふき芋	親子煮 ごぼうサラダ ミートボール バナナ、麦茶	マヨネーズ	若鶏もも皮なし 卵、焼き豆腐 ミートボール ごま	白菜、玉葱 人参、長葱、しめじ ごぼう、きゅうり バナナ	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
22 水	ごはん いんげん 煮物	カレイの照焼き 小松菜納豆和え パンプキンサラダ、パイン缶 味噌汁(えのき茸・人参)	マヨネーズ 砂糖	カレイ ひきわり納豆 ベーコン	小松菜、もやし かぼちゃ、人参 えのき茸、パイン缶	麦茶 クラッカー	麦茶 ビスケット
23 木	ごはん チンゲン菜 のり和え	ポークカレー フレンチサラダ チキンナゲット スイカ、麦茶	フレンチドレッシング じゃが芋	豚肩ロース チキンナゲット 脱脂粉乳	人参、グリーンピース 玉葱、コーン缶 きゅうり、レタス スイカ	麦茶 クッキー	シャーベット
24 金	ごはん かぼちゃ 煮物	豚肉の生姜焼き わかめの酢の物 枝豆、みかん缶 味噌汁(卵・油揚げ)	油 砂糖	豚肩ロース 油揚げ 卵	玉葱、もやし きゅうり、人参 わかめ、枝豆 みかん缶	麦茶 ビスケット	ゼリー 揚げ菓子
25 土	ごはん コーン 煮物	肉団子、生揚げ煮物 キャベツごまサラダ 黄桃缶、鮭フレーク すまし汁(ふのり・万能葱)	油 ごまドレッシング	豚ひき肉 生揚げ 鮭フレーク	万能葱、ふのり きゅうり、キャベツ 人参、黄桃缶	麦茶 せんべい	ヤクルト クラッカー
26 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
27 月	ごはん チーズ	豚肉のすき焼き風煮 ブロッコリーカニサラダ うずら卵煮物、バナナ 味噌汁(玉葱、わかめ)	糸こんにゃく 砂糖、油 マヨネーズ	豚肩ロース うずら卵水煮缶 焼き豆腐 カニふぶき	人参、玉葱、白菜 ブロッコリー、長葱 わかめ、バナナ	麦茶 ウエハース	牛乳 パウムクーヘン
28 火	ごはん 枝豆	赤魚の竜田揚げ 切干大根煮物、パイン缶 きゅうりのごま和え 味噌汁(キャベツ、人参)	片栗粉 油	赤魚 ごま 油揚げ	切干大根、人参 しいたけ、きゅうり もやし、パイン缶 キャベツ	麦茶 クラッカー	ヨーグルト せんべい
29 水	ごはん はんぺん 煮物	豚汁 ポテトサラダ ミニフランク めかぶ納豆、メロン	じゃが芋 マヨネーズ	豚バラ肉、ごま 焼き豆腐、ミニフランク ひきわり納豆 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、白菜 しめじ、長葱 きゅうり、コーン缶 めかぶ、メロン	麦茶 ビスケット	麦茶 お好み焼き
30 木	ごはん 白菜 お浸し	パプリカオムレツ 豚肉と昆布の炒め煮 ふりかけ、黄桃缶 すまし汁(豆腐・なめこ)	砂糖、油	卵 豚肩ロース 豆腐	ピーマン、パプリカ 昆布、人参 ふりかけ、もやし 黄桃缶、なめこ	麦茶 クッキー	牛乳 ビスケット
31 金	ごはん 醬油昆布	麻婆春雨 チンゲン菜サラダ エビシュウマイ、オレンジ スープ(卵・玉葱)	春雨、ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉 エビシュウマイ 卵	人参、しいたけ チンゲン菜、キャベツ コーン缶、玉葱 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ウエハース

<給食室から>



*7日のお誕生日会は、全員に「セタラーメン」を提供いたしますので、
ごはんの持参は、必要ありません。(3歳以上児)
*9日は、おにぎりを持たせるよう、お願いします。(3歳以上児)
*都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

