

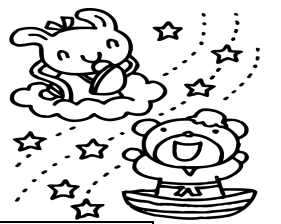


れいわ
令和8年度

ねんど
7月献立予定表

がっこんだてよていひょう
(ひよこ組～さくら組)

やまぎし
山岸こども園



ひ 日 曜	午前のおやつ (0, 1歳児のみ)	ちゅう 屋 食	お や つ	栄養摂取量			
				熱量 (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩 (g)
1 水	クラッカー 牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐／わかめ) 夏野菜カレー すずきのハーブ焼き 三色ごま和え オレンジ	お麩ラスク 牛乳	419	21.7	14.9	1.4
2 木	ビスケット 牛乳	ロールパン かぼちゃスープ ハンバーグ マカロニサラダ バナナ	わかめしらすごはん 牛乳	539	20.0	21.7	1.7
3 金	せんべい 牛乳	ごはん 味噌汁(卵) さば味噌焼き 野菜含め煮 バナナ	スイートポテト 牛乳	450	17.8	11.4	1.1
4 土	ビスケット 牛乳	ごはん 味噌汁(ふ／かぶ) かわいい西京焼き 高野豆腐の煮物 昆布佃煮 バナナ	バタースティックパン 牛乳	441	20.8	13.0	1.4
6 月	野菜バー 牛乳	ごはん わかたけ汁 豆腐のハンバーグ 夏野菜炒め煮 バナナ	中華風炊き込みおこわ 牛乳	475	17.2	12.8	1.8
7 火	ウエハース 牛乳	シタうどん タンドリーチキン 短冊サラダ シタゼリー	お好み焼き 牛乳	457	18.2	15.3	3.4
8 水	クラッカー 牛乳	ごはん 味噌汁(厚揚げ／小松菜) オレンジ ホキの竜田揚げ 豚肉とれんこん炒め	生クリームサンド 牛乳	427	16.8	14.7	1.7
9 木	ビスケット 牛乳	食パン なら玉スープ えびグラタン ブロッコリーソテー みかん缶	フレーククッキー 牛乳	454	18.6	16.5	1.3
10 金	野菜バー 牛乳	ごはん 味噌汁(油揚げ／なす) 野菜の卵焼き 人参みそ炒め トマト	焼きそば 牛乳	430	16.8	17.1	1.4
11 土	クラッカー 牛乳	ごはん 味噌汁(小松菜／豆腐) 鮭の塩こうじ焼き 切干大根コンソメ煮 昆布佃煮 バナナ	あんマーガリンパン 牛乳	471	19.8	15.8	1.3
13 月	ビスケット 牛乳	ごはん 味噌汁(なめこ／葱) 豚肉の生姜焼き 塩昆布和え かぼちゃの甘煮	ツナサンド 牛乳	433	18.3	16.8	1.6
14 火	クラッカー 牛乳	ごはん どさんこ汁 鮭みそマヨネーズ焼き ほうれん草ナムル バナナ	味噌ラスク 牛乳	470	20.6	16.2	1.4
15 水	ビスケット 牛乳	ごはん 五目味噌汁 厚揚げと豚肉の炒め煮 和風サラダ オレンジ	トマトスパゲティ 牛乳	435	17.7	15.8	1.6
16 木	せんべい 牛乳	ロールパン カレースープ 豆腐のキッシュ 春雨サラダ バナナ	きつねうどん	450	19.2	14.9	2.8
17 金	ビスケット 牛乳	ごはん 五目味噌汁 野菜炒め 白身魚のレモンじょうゆマリネ バナナ	アイス 野菜バー プルーン	420	14.1	13.6	1.1
18 土	野菜バー 牛乳	ごはん 味噌汁(大根/麩) ほっけ塩焼き さつま芋ひじき煮物 昆布佃煮 バナナ	ジャムマーガリンパン 牛乳	478	17.6	15.9	1.4
20 月	うみ ひ 海の日						
21 火	ウエハース 牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐／わかめ) すずきのピカタ もやしナムル ひじきそばろ	ドライカレー 牛乳	445	19.5	14.1	1.4
22 水	クラッカー 牛乳	ごはん 味噌汁(小松菜／じゃがいも) 鶏のから揚げ 五目きんぴら オレンジ	もちもちパン 牛乳	467	17.7	15.8	1.3
23 木	ビスケット 牛乳	〈誕生会メニュー〉 ビビンバ ワンタンスープ さつま芋サラダ ブロッコリーおかか和え スイカ	ホットケーキ りんごジュース	473	17.9	15.9	1.1
24 金	野菜バー 牛乳	ごはん むら雲スープ 揚げレバーの甘酢あえ なす炒め ほうれん草のごま和え	キャロット蒸しパン 牛乳	417	20.2	14.1	1.5
25 土	クラッカー 牛乳	ごはん 味噌汁(小松菜／豆腐) バナナ さばカレー焼き 厚揚げの煮物 昆布佃煮	バタースティックパン 牛乳	425	18.0	12.6	1.6
27 月	ウエハース 牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐／玉葱) オレンジ 鶏もも照り焼き 切干大根サラダ	ヨーグルト するめ ビスケット	438	18.6	14.2	1.3
28 火	ビスケット 牛乳	ごはん 卵スープ(椎茸) 白身魚フライ 大豆もやし炒め 粉ふき芋	ナポリタンスパゲティ 牛乳	439	19.1	15.5	1.4
29 水	野菜バー 牛乳	ごはん 味噌汁(なめこ／葱) オレンジ 鶏のつくね焼き ひじきサラダ	かりんとうトースト 牛乳	433	17.3	14.9	1.5
30 木	ビスケット 牛乳	ロールパン 野菜スープ バナナ チキングラタン ブロッコリーサラダ	ドライカレー 牛乳	438	17.7	14.0	0.8
31 金	せんべい 牛乳	ごはん 味噌汁(じゃがいも/葱) 中華風卵焼き ブロッコリーおかか和え みかん缶詰	わかめしらすスパゲティ 牛乳	463	20.0	12.8	1.5

＊ ＊七夕を楽しむ＊ ＊

★物資の都合上、献立を変更する場合があります。

7日の給食は七夕メニューです！「七夕そうめん」、「短冊サラダ」、「七夕ゼリー」を予定しています。
つぼみ組・さくら組さんは、食べやすさを考慮し、「七夕うどん」になります。
みんなで一緒に七夕を楽しみましょう☆

