

令和8年7月幼児食献立表



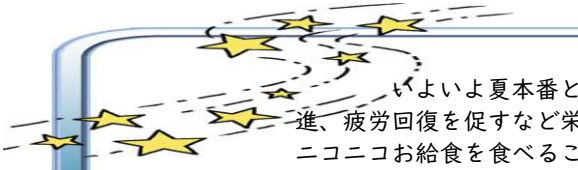
日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
01 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	韓国風しらすごはん すまし汁 酢豚風ソテー	米、ごま油 焼麩 砂糖、サラダ油、片栗粉	しらす干し、白ごま、刻みのり 豚肉	ねぎ もやし、なめこ たまねぎ、にんじん、しいたけ、赤パプリカ、ピーマン	しょうゆ、食塩 だし汁、しょうゆ、食塩 しょうゆ、ケチャップ、酢、酒、食塩
	午後おやつ	牛乳 キャロットパイゼリー 菓子（幼児のみ）	砂糖 おかし	牛乳	野菜ジュース、オレンジジュース、パイナップル、アガー（寒天）	
02 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ボークストロガノフ かぼちゃサラダ フルーツカクテル	米、米粉、サラダ油 マヨドレ	豚肉、豆乳	たまねぎ、にんじん、しめじ かぼちゃ、たまねぎ、きゅうり みかん、もも	ケチャップ、ウスターソース、鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく、パセリ粉、こしょう 食塩
	午後おやつ	牛乳 豆乳もち	片栗粉、砂糖	牛乳 豆乳、きな粉		
03 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 さばの梅風味煮 野菜の磯和え	米 焼麩 砂糖 ごま油	みそ さば 刻みのり	だいこん、ねぎ うめびしお ちんげん菜、えのきたけ、たまねぎ	だし汁 しょうゆ、みりん、おろししょうが しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 バナナカステラ	バナナカステラ	牛乳		
04 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	マーボー豆腐丼 フルーツ	米、片栗粉、ごま油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	ねぎ パイナップル	しょうゆ、酒、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー おかし	牛乳		
06 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 夏野菜のごまぼん浸し	米 じゃがいも ごま油、片栗粉 砂糖	米みそ、油揚げ、わかめ 豚肉 すり白ごま	たまねぎ なす、オクラ	だし汁 しょうゆ、みりん、おろしにんにく、おろししょうが ポン酢、だし汁
	午後おやつ	牛乳 ココアマカロニ	マカロニ、砂糖	牛乳 きな粉	純ココア	食塩
07 火 	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	そばろごはん たなばたそうめん汁 じゃがピー炒め	米、砂糖 そうめん、焼麩 フライドポテト、サラダ油	鶏ひき肉 ベーコン	にんじん、コーン オクラ たまねぎ、ピーマン	だし汁、しょうゆ、おろししょうが、食塩 だし汁、しょうゆ、食塩 鶏ガラスープ素、食塩、こしょう
	午後おやつ	牛乳 おほしさまジャムサンド	食パン	牛乳	りんごジャム	
08 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 チキン胡麻ソースからめ 野菜のナムル	米 片栗粉、サラダ油、砂糖 ごま油	鶏肉、白ごま	キャベツ、えのきたけ、ねぎ もやし、ほうれんそう、にんじん	だし汁、しょうゆ、食塩 ケチャップ、しょうゆ、ソース、おろししょうが 食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
09 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 鮭の塩焼き モロッコいんげんのみそマヨソテー	米 じゃがいも マヨドレ、オリーブオイル、砂糖	米みそ 鮭 ハム、米みそ	たまねぎ、なめこ モロッコいんげん、たまねぎ、にんじん	だし汁 食塩 食塩、おろしにんにく
	午後おやつ	牛乳 すいか 菓子	おかし	牛乳	すいか	
10 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	冷やししょうゆラーメン 中華風炒り豆腐 フルーツ	焼きそばめん、ごま油 片栗粉、ごま油	ハム 木綿豆腐、鶏ひき肉	もやし、ねぎ たまねぎ、にんじん、干しいたけ バナナ	しょうゆ、鶏ガラスープ素、白だし しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 香ばし焼きとうもろこし 菓子	おかし	牛乳	とうもろこし	しょうゆ
11 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	野菜そばろ丼 フルーツ	米、サラダ油、片栗粉、ごま油	豚ひき肉	キャベツ、たまねぎ、にんじん、コーン オレンジ	しょうゆ、酒、食塩
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー おかし	牛乳		
13 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	チーズタッカルビ風丼 ビーフンスープ フルーツ	米、砂糖、ごま油 ビーフン	鶏肉、生食シュレッドチーズ、みそ	キャベツ、にんじん、ねぎ ちんげん菜、たまねぎ、エリンギ パイナップル	酒、しょうゆ、おろしにんにく、食塩、おろししょうが しょうゆ、鶏ガラスープ素
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃのスイーツボール	ホットケーキミックス、グラニュー糖、砂糖	牛乳	かぼちゃ、バナナ	
14 火 	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 王様のスープ レモン煮風鶏唐揚げ ヨーグルト	米 ごま油 片栗粉、サラダ油、砂糖	豚ひき肉 鶏肉 ココアぶどう	モロヘイヤ、ねぎ レモン果汁	酒、しょうゆ、鶏ガラスープ素、おろしにんにく、おろししょうが、食塩 しょうゆ、酒、食塩
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
15 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 さばつくねしっとり焼き きゅうりのゆかりあえ	米 片栗粉	米みそ、わかめ 豚ひき肉、さば、米みそ	はくさい、なす たまねぎ、えのきたけ きゅうり	だし汁 みりん、おろしにんにく、おろししょうが しょうゆ、ふりかけ
	午後おやつ	牛乳 黒豆と黒糖の香ばしドーナツ	ホットケーキミックス、サラダ油、黒糖	牛乳 黒豆煮、豆乳		
16 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン 筋肉むきむきコーンスープ ハニースパイシーチキン 手作り にんじんドレサラダ	デニッシュブレッド 片栗粉 サラダ油、片栗粉 オリーブオイル、砂糖	豆乳、鶏肉、豆腐 鶏肉	クリームコーン、ブロッコリー マーマレード キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ	だし汁、酒、食塩 しょうゆ、食塩、カレー粉、おろしにんにく 酢、しょうゆ、食塩、おろしにんにく
	午後おやつ	牛乳 ツナねぎおやき	米、もち米、サラダ油	牛乳 ツナ水煮	ねぎ	しょうゆ、酒

令和8年7月幼児食献立表

miraiと〜ぶこども園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	その他
17 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 野菜スープ グリルフィッシュのチリソース コールスローサラダ	米 サラダ油 片栗粉、砂糖、サラダ油、ごま油 マヨドレ	ハム かじき	たまねぎ、ズッキーニ キャベツ、にんじん、コーン	ブイヨン、食塩 ケチャップ、しょうゆ、酒、おろししょうが、食塩
	午後おやつ	牛乳 フルーツ 菓子	おかし	牛乳	キウイフルーツ	
18 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	焼きそば フルーツ	焼きそばめん、サラダ油	豚肉	キャベツ、にんじん、たまねぎ、あおのり バナナ	食塩
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー	牛乳		
21 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	かじきのあんかけ卵丼 夏の豚汁 みかん入り酢の物	米、砂糖、片栗粉 サラダ油 砂糖	かじき、卵、刻みのり 豚肉、みそ、油揚げ わかめ	ちんげん菜、たまねぎ なす、トマト、ねぎ みかん、きゅうり	だし汁、しょうゆ、みりん、おろししょうが だし汁 酢、しょうゆ
	午後おやつ	フルーチェ 菓子		牛乳		
22 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ちゅるちゅる♪カレーうどん ちくわと切り干し大根の煮物 フルーツ	うどん、片栗粉 砂糖	豚肉、油揚げ ちくわ	しめじ、にんじん、ねぎ にんじん、切り干しだいこん もも	だし汁、カレールウ、みりん、白だし だし汁、しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 焼きとうもろこしごはん	米	牛乳	コーン	しょうゆ
23 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 鮭の照り焼き ひじきの煮物	米 片栗粉、サラダ油、砂糖 砂糖、ごま油	木綿豆腐、米みそ 鮭 さつまあげ、ひじき	もやし、オクラ しょうが にんじん、いんげん	だし汁 みりん、しょうゆ、酒、食塩 しょうゆ、みりん
	午後おやつ	牛乳 さわやかマーマレードケーキ	ホットケーキミックス、サラダ油	牛乳	オレンジジュース、マーマレード	
24 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 ねばねばモロヘイヤみそ汁 おろしハンバーグ マヨポテト	米 片栗粉、サラダ油 じゃがいも、マヨドレ	米みそ 豚ひき肉、牛ひき肉	モロヘイヤ、えのきたけ、ねぎ だいこん、たまねぎ	だし汁 ボン酢、みりん、食塩 食塩
	午後おやつ	ヨーグルト 菓子	おかし	コアコアいちご		
25 土	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	豚丼 フルーツ	米、サラダ油、片栗粉	豚肉	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ キウイフルーツ	しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが
	午後おやつ	牛乳 ゼリー 菓子	ゼリー おかし	牛乳		
27 月	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	そばめし ツナじゃが煮 フルーツカクテル	米、焼きそばめん、サラダ油、天かす じゃがいも、砂糖	豚ひき肉、あおのり ツナ缶	キャベツ、にんじん、ねぎ モロッコいんげん もも、みかん	焼きそばソース、しょうゆ、白だし、みりん だし汁、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃおにまんじゅう	小麦粉、砂糖	牛乳	かぼちゃ	食塩
28 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 みそ汁 さばの香り焼き 高野豆腐とにんじんの煮物	米 片栗粉、サラダ油 砂糖	米みそ、わかめ さば 凍り豆腐、油揚げ	キャベツ、こまつな にんじん	だし汁 みりん、しょうゆ、おろしにんにく だし汁、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子	おかし	牛乳		
29 水	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	御飯 すまし汁 鉄火煮 ゼリー	米 焼麩 こんにゃく、砂糖、サラダ油 ゼリー	豚肉、さつまあげ、米みそ	たまねぎ、しめじ だいこん、にんじん、ごぼう、いんげん	だし汁、しょうゆ、食塩 だし汁、みりん、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 チーズサブレ	小麦粉、砂糖	牛乳 バター、粉チーズ、牛乳		
30 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	パン ポタージュスープ にくにくナゲット ラタトゥイユ	レーズンロール 片栗粉、サラダ油、マヨドレ、パン粉、砂糖 オリーブオイル、砂糖	牛乳 鶏ひき肉、鶏肉 ベーコン	たまねぎ、ズッキーニ、黄パプリカ、トマトピューレ	コーンスープ、パセリ粉 ケチャップ、鶏ガラスープ素、食塩、おろしにんにく、おろししょうが、こしょう 鶏ガラスープ素、おろしにんにく
	午後おやつ	牛乳 五平いもち	じゃがいも、片栗粉、白玉粉、砂糖、油	牛乳 みそ、すり白ごま		みりん、食塩
31 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	豆入りキーマカレー さつま芋のサラダ フルーツ	米、サラダ油 さつまいも、マヨドレ	豚ひき肉、大豆水煮 ツナ缶	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、りんごジャム きゅうり パイナップル	カレールウ、おろしにんにく 食塩
	午後おやつ	ジュース 誕生日ケーキ	コーンフレーク、ロールちゃん	ホイップクリーム	ぶどうジュース	

☆ 午前おやつは、乳児クラスのための提供になります。
☆ 天候や仕入れ状況により、やむを得ず食材を変更する場合があります。



いよいよ夏本番となります。お給食では夏野菜をふんだんに使用し、夏向けの調味料や調理法で、食欲増進、疲労回復を促すなど栄養はもとより、こども達にとって食べやすい内容とはどんなものなのか、おいしくニコニコお給食を食べることができるといいな♪といった思いを乗せた内容となっております。

季節の野菜『モロヘイヤ』は、ほんの少しお料理に取り入れるだけでビタミン類やカルシウムが飛躍的にUPするスペシャル野菜！親しみを感じられるよう、献立名に『王様』という別名をつけました。管理栄養士 高橋 令子

