



7月 給食献立表

(1～2歳児)



令和8年7月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 蝦名 久美子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	
1 水	☆海の幸たっぷりメニュー わかめごはん・白身魚フライ🐟 野菜たっぷりひじきサラダ・かつおだし香るかき玉汁	白身魚フライ きゅうり コーン ひじき 鶏卵 長ねぎ	おかし	ヨーグル ジョイ
2 木	ごはん・生揚げのそぼろ煮・かぼちゃのごま和え・えのきのみそ汁	生揚げ 豚挽肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ えのき 油揚げ	おかし	牛乳
3 金	和風スパゲッティー・ポトフ・フルーチェ	スパゲッティ ベーコン 玉ねぎ しめじ ウインナー 大根	ミニクロワッサン	牛乳
4 土	ごはん・ケチャップ肉団子・切り干し大根の炒め煮・玉ねぎのみそ汁	肉団子 切干大根 玉ねぎ 油揚げ 小松菜 高野豆腐	おかし	牛乳
6 月	キーマカレーライス・わかめの酢の物・りんごジュース	豚挽肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 塩蔵わかめ きゅうり	おかし	牛乳
7 火	《誕生会》 天の川そうめん・おほしさまポテト・ぶどうヨーグルト	そうめん 錦糸卵 蒸し鶏 大根 人参 オクラ ポテト	シフォンケーキ	牛乳
8 水	お好み焼き風トースト・ブロッコリーのコーンサラダ・バタージュース バナナ	食パン ツナフレック チーズ ブロッコリー コーン じゃがいも	おかし	ジョア
9 木	ごはん・五目卵焼き・ごぼうの鶏そぼろ和え・豆腐のみそ汁	卵焼き ごぼう 鶏挽肉 木綿豆腐 人参 白菜	おかし	牛乳
10 金	☆7月10日 納豆の日メニュー スタミナ納豆ごはん・赤魚の煮付け・小松菜の塩昆布和え・なめこ汁	納豆 豚挽肉 なら 赤魚切身 小松菜 もやし なめこ	たい焼き	牛乳
11 土	ごはん・鶏の照焼き・マカロニサラダ・青菜のみそ汁	照焼きチキン マカロニ チーズ きゅうり ほうれん草	おかし	牛乳
13 月	ごはん・ポークシチュー・きゅうりの中華和え・白ぶどうジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり コーン	おかし	牛乳
14 火	ジャムサンド・チーズインハンバーグ・コロコロサラダ・BLTスープ	食パン ベーコンエッグ じゃがいも きゅうり ベーコン	ゆかりおにぎり	麦茶
15 水	ごはん・からあげ・無限ほうれん草サラダ・五目みそ汁	からあげ ほうれん草 大根 ツナフレック ごぼう 油揚げ	おかし	牛乳
16 木	ごはん・肉豆腐・里芋のおかか和え・もやしのみそ汁	焼き豆腐 糸こんにゃく 長ねぎ 里芋水煮 もやし しめじ	おかし	牛乳
17 金	ジャージャーめん・中華風コーンスープ・ソファール	中華麺 豚挽肉 だけのこ水煮 鶏卵 コーン しいたけ 玉ねぎ	メロンパン	牛乳
18 土	ごはん・麻婆なす・大根サラダ・はんぺんのみそ汁	鶏挽肉 長なす 大根 人参 きゅうり カニカマ はんぺん	おかし	牛乳
20 月	海 の 日			
21 火	ごはん・ポークビーンズ・オクラのチーズサラダ・長ねぎのみそ汁	大豆水煮 豚挽肉 オクラ チーズ 長ねぎ しめじ	バウムクーヘン	牛乳
22 水	バタークロワッサン・さけのカレームニエル・ジュリアンサラダ・肉団子スープ	クロワッサン さけ切身 キャベツ 肉団子 えのき	おかし	ミルージュ
23 木	サラダうどん・揚げギョーザ・元気ヨーグルト	うどん ツナフレック きゅうり コーン ギョーザ ミニトマト	スナックスティック	牛乳
24 金	ごはん・親子煮・チンゲン菜の干草和え・しめじのみそ汁	鶏もも肉 鶏卵 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 油揚げ 塩蔵わかめ	おかし	牛乳
25 土	ごはん・豆腐の肉みそあん包み・すき昆布の炒め煮・油揚げのみそ汁	肉みそあん包み すき昆布 糸こんにゃく 油揚げ もやし	おかし	牛乳
27 月	ハヤシライス・春雨サラダ・野菜ジュース	豚もも肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 春雨 きゅうり	おかし	牛乳
28 火	コッペパン・チキンのトマト煮・花野菜の彩りサラダ・ミルクスープ	コッペパン 鶏もも肉 トマト缶 カリフラワー ブロッコリー 白菜	フルーツポンチ	麦茶
29 水	ごはん・かに玉風卵焼き・五目きんぴら・豚汁	鶏卵 カニカマ れんこん水煮 チーズ ピーマン じゃがいも	おかし	バナナ ミルク
30 木	焼肉丼・さつまいもの甘露煮・わかめのみそ汁	豚肩ロース肉 玉ねぎ 人参 さつまいも 塩蔵わかめ	おかし	牛乳
31 金	冷やし中華・とうもろこしの香ばし揚げ・牧場の朝ヨーグルト	中華麺 錦糸卵 もやし きゅうり カニカマ 香ばし揚げ	イチゴスペシャル	牛乳

〈ねらい〉

- ・正しい生活習慣を心がけ、暑さに負けない体をつくる。

※ 毎日午前のおやつとしてお菓子和麦茶（月に2回はヤクルト）を提供しています。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。