



7月 献立表 幼児食

*収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。

*午前おやつは0, 1歳児クラスの内容です。



旭町保育園

(幼児食用)

2026年7月

日付	献立名		材料名 (○は午前おやつ、☆は昼食、◎は午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
1 水	ごはん コロッケ ひじきの炒め煮 キャベツと麩のすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎氷室饅頭風蒸しパン	○牛乳 ☆さつま揚げ、ポテトコロッケ(乳・卵不使用)、かつおだし ◎牛乳、こしあん、豆乳	☆ひじき、にんじん、干しいたけ、キャベツ、ぶなしめじ	☆米、油、しらたき、ごま油、てんさい糖、焼きふ ◎油、蒸しパンミックス
2 木	ごはん なすのミートソース煮 ごぼうと水菜のツナサラダ ズッキーニのスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎カレートースト	○牛乳 ☆豚ひき肉、鶏がらだし ◎牛乳、ツナ	☆なす、たまねぎ、干しいたけ、ごぼう、みずな、にんじん、ズッキーニ、にんにく、パセリ ◎玉ねぎ、コーン	☆米、マカロニ、油、てんさい糖 ◎食パン(卵不使用)、マヨドレ
3 金	お弁当の日 (0, 1, 2歳児クラスは給食です) ごはん すき焼き風 春雨サラダ 大根と人参のすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎トマトの冷製パスタ	○牛乳 ☆豚肉、焼き豆腐、かつおだし ◎牛乳、ツナ	☆にんじん、はくさい、長ねぎ、きゅうり、キャベツ、だいこん ◎トマト缶、たまねぎ、ズッキーニ	☆米、しらたき、てんさい糖、はるさめ、ごま油 ◎スパゲッティ
4 土	ごはん 野菜炒め 鶏団子のみそ汁 バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆豚肉、鶏ひき肉、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、長ねぎ、はくさい、バナナ、昆布だし	☆米、油、てんさい糖 ◎こつぶじゃがあられ(乳・卵不使用)
6 月	ごはん すずきのごま照り焼き ひじきのマヨサラダ 切干大根と人参のみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎豆乳プリン	○牛乳 ☆すずき、ツナ、煮干しだし ◎牛乳、豆乳	☆かいわれだいこん、干しひじき、赤ピーマン、コーン、きゅうり、切干だいこん、にんじん、長ねぎ、昆布だし	☆米、いりごま、マヨドレ ◎プリンの素(乳・卵不使用)
7 火	七夕ちらし寿司 若鶏の唐揚げ マカロニのキラキラサラダ オクラのスープ すいか	○牛乳 ◎牛乳 ◎七夕クレープ 	○牛乳 ☆鶏肉、鶏がらだし ◎牛乳	☆刻みのり、きゅうり、にんじん、かんぴょう、れんこん、干しいたけ、にんにく、赤パプリカ、コーン、しょうが、キャベツ、たまねぎ、オクラ、すいか	☆米、薄力粉、かたくり粉、油、マカロニ、マヨドレ ◎七夕クレープ
8 水	ごはん ポークチャップ モロヘイヤとキャベツのおひたし 大根と麩のみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ココアとマーメレードの蒸しパン	○牛乳 ☆豚肉、かまぼこ、かつおだし、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳	☆たまねぎ、ぶなしめじ、ピーマン、モロヘイヤ、キャベツ、にんじん、だいこん、昆布だし ◎オレンジマーメレード	☆米、油、てんさい糖、焼きふ ◎油、蒸しパンミックス(乳・卵不使用)
9 木	ごはん ゴーヤのかき揚げ バンバンジーサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎豆乳くずもち	○牛乳 ☆鶏肉、絹ごし豆腐、かつおだし ◎牛乳、豆乳、きな粉	☆ゴーヤ、切干しだいこん、しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、わかめ、かいわれだいこん	☆米、薄力粉、かたくり粉、油、ごま、てんさい糖、マヨドレ ◎てんさい糖、かたくり粉
10 金	夏野菜のカレーライス チョップドサラダ デラウェア 	○牛乳 ◎牛乳 ◎とうもろこし ◎うの花クッキー	○牛乳 ☆豚肉、ツナ、大豆 ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、にんにく、ズッキーニ、なす、ブロッコリー、赤ピーマン、きゅうり、コーン、デラウェア ◎とうもろこし	☆米、じゃがいも、カレールーウ(卵不使用)、マヨドレ、油 ◎うの花クッキー(乳・卵不使用)
11 土	ごはん 肉じゃが風 切干大根のサラダ 玉ねぎとわかめのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆豚肉、さつま揚げ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、きゅうり、わかめ、昆布だし、切干しだいこん	☆米、じゃがいも、マヨドレ、油、てんさい糖、焼きふ ◎ミレービスケット(乳・卵不使用)
13 月	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き マカロニサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎焼きそば	○牛乳 ☆鶏肉、絹ごし豆腐、かつおだし ◎牛乳、豚肉	☆オレンジマーメレード、にんにく、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン、わかめ、長ねぎ、パセリ ◎にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし	☆米、マカロニ、マヨドレ ◎中華めん、油
14 火	8分づきごはん ミートボールのトマト煮込み 小松菜のさっぱり和え 冬瓜のスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆牛ひき肉、豚ひき肉、鶏ひき肉、かつおだし、かまぼこ ◎牛乳	☆たまねぎ、トマト缶、ズッキーニ、コーン、こまつな、にんじん、きゅうり、たくあん、パセリ、とうがん、もやし	☆8分づき米、パン粉、てんさい糖 ◎動物ビスケット(乳・卵不使用)
15 水	ごはん 炒り豆腐 もやしのナムル かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎フルーツポンチ	○牛乳 ☆木綿豆腐、豚ひき肉、竹輪、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆たまねぎ、にんじん、グリーンピース、もやし、きゅうり、かぼちゃ、昆布だし ◎りんご、バナナ、みかん缶、パイナップル缶	☆米、てんさい糖、油、ごま油 ◎てんさい糖、カクテルゼリー



7月 献立表 幼児食

*収穫・仕入れなどにより、食材が変更になる場合があります。
*午前おやつは0, 1歳児クラスの内容です。



旭町保育園
(幼児食用)

2026年7月

日付	献立名		材料名 (○は午前おやつ、☆は昼食、◎は午後おやつ)		
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの
16 木	ごはん チリコンカン風 豆腐と水菜のサラダ ワントンスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎いちごジャムサンド	○牛乳 ☆金時豆、大豆、豚ひき肉、鶏がらだし、木綿豆腐、ツナ ◎牛乳	☆たまねぎ、にんじん、トマト缶、みずな、わかめ、チンゲンサイ ◎いちごジャム	☆米、じゃがいも、ワントン、油、てんさい糖 ◎食パン(乳・卵不使用)
17 金	ごはん アジフライ タルタル添え 変わりきんぴら とうもろこしと玉ねぎのスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎みかんゼリー	○牛乳 ☆アジフライ:乳・卵不使用(サーモンフライ:乳・卵不使用)、豆乳、竹輪、鶏がらだし ◎牛乳	☆たまねぎ、れんこん、ごぼう、にんじん、コーン、キャベツ、パセリ ◎みかん缶	☆米、油、しらたき、てんさい糖、ごま油、マヨドレ ◎オレンジジュース、ゼリーの素(乳・卵不使用)
18 土	ハヤシライス ひじきのマヨサラダ バナナ	○牛乳 ◎牛乳 ◎こつぶじゃがあられ	○牛乳 ☆豚肉 ◎牛乳	☆にんじん、たまねぎ、まいたけ、ひじき、きゅうり、バナナ	☆米、油、ハヤシルウ(乳・卵不使用)、マヨドレ ◎こつぶじゃがあられ(乳・卵不使用)
21 火	ごはん 車麩の旨煮 ブロッコリーとコーンのサラダ なすと玉ねぎのみそ汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎きな粉の蒸しパン	○牛乳 ☆鶏肉、ツナ、煮干しだし、米みそ ◎牛乳、豆乳、きな粉	☆はくさい、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、ブロッコリー、コーン、寒天、なす、昆布だし	☆米、車ふ、てんさい糖、マヨドレ ◎油、蒸しパンミックス(乳・卵不使用)
22 水	5分つきごはん ひじきのふりかけ 若鶏の磯辺揚げ ラタトゥイユ 大根としいたけのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ミレービスケット	○牛乳 ☆かつお節、鶏肉、鶏ひき肉、かつおだし ◎牛乳	☆ひじき、しょうが、にんにく、あおさ、なす、トマト缶、たまねぎ、ピーマン、ズッキーニ、だいこん、しいたけ、わかめ	☆半つき米、いりごま、てんさい糖、薄力粉、かたくり粉、油 ◎ミレービスケット(乳・卵不使用)
23 木	ごはん パプリカの焼きミンチカツ わかめのサラダ 冬瓜ときくらげのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ふわふわチップ(じゃが芋味)	○牛乳 ☆牛ひき肉、豚ひき肉、おから、竹輪、かつおだし ◎牛乳	☆ピーマン、黄ピーマン、赤パプリカ、わかめ、寒天、コーン、にんじん、きゅうり、はくさい、とうがん、きくらげ	☆米、かたくり粉、パン粉、ごま油、てんさい糖 ◎ふわふわチップ(乳・卵不使用)
24 金	ごはん かぼちゃの豆腐みそグラタン 切干大根の中華サラダ キャベツともやしのスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎麩のラスク	○牛乳 ☆絹ごし豆腐、豆乳、鶏ひき肉、竹輪、鶏がらだし、米みそ ◎牛乳、きな粉	☆たまねぎ、かぼちゃ、コーン、切干しだいこん、にんじん、レタス、キャベツ、もやし、干しいたけ、パセリ	☆米、マカロニ、パン粉、薄力粉、油、ごま油、てんさい糖 ◎てんさい糖、焼きふ、バター
25 土	ごはん マーボー豆腐 マカロニサラダ もやしと玉ねぎのすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎動物ビスケット	○牛乳 ☆木綿豆腐、豚ひき肉、赤みそ、かつおだし ◎牛乳	☆長ねぎ、しょうが、たまねぎ、コーン、にんにく、にんじん、きゅうり、もやし、わかめ、キャベツ	☆米、ごま油、かたくり粉、てんさい糖、マカロニ ◎動物ビスケット(乳・卵不使用)
27 月	ごはん 豚肉のしょうが焼き コールスローサラダ えのきと豆腐のすまし汁	○牛乳 ◎牛乳 ◎ピザトースト	○牛乳 ☆豚肉、絹ごし豆腐、かつおだし ◎牛乳、ツナ、チーズ	☆たまねぎ、もやし、しょうが、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、えのきたけ、長ねぎ ◎コーン、たまねぎ、ピーマン	☆米、マヨドレ、油、てんさい糖 ◎油、食パン(乳・卵不使用)
28 火	ごはん めかじきの南蛮漬け風 オクラの納豆和え 冬瓜としめじのみそ汁	○牛乳 ◎お茶 ◎とうもろこしのおにぎり	○牛乳 ☆めかじき、挽きわり納豆、チーズ、かまぼこ、煮干しだし、米みそ	☆にんじん、たまねぎ、ピーマン、しょうが、オクラ、こまつな、たくあん、大葉、とうがん、ぶなしめじ、昆布だし ◎コーン、パセリ	☆米、かたくり粉、油、てんさい糖 ◎米
29 水	ごはん マーボーなす 春雨サラダ チンゲン菜のスープ	○牛乳 ◎牛乳 ◎揚げドーナツ	○牛乳 ☆豚ひき肉、かにかま、赤みそ、鶏がらだし ◎牛乳、絹ごし豆腐、豆乳、きな粉	☆なす、長ねぎ、しょうが、たまねぎ、コーン、ピーマン、にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、チンゲンサイ	☆米、かたくり粉、てんさい糖、はるさめ、ごま油 ◎油、ホットケーキミックス(卵不使用)
30 木	和風ビビンバ めった汁 すいか	○牛乳 ◎牛乳 ◎きなこおかし	○牛乳 ☆豚ひき肉、煮干しだし、米みそ ◎牛乳	☆にんじん、こまつな、ぶなしめじ、しいたけ、たまねぎ、もやし、えのきたけ、だいこん、はくさい、長ねぎ、すいか、昆布だし	☆米、ごま油、てんさい糖、さつまいも、糸こんにゃく ◎きなこおかし(乳・卵不使用)
31 金	ごはん 豚肉とかぼちゃのごまからめ 切干大根の生姜サラダ 豆腐とわかめのすまし汁	○牛乳 ◎お茶 ◎冷やしそうめん	○牛乳 ☆豚肉、竹輪、かつおだし、絹ごし豆腐 ☆かつおだし	☆かぼちゃ、切干しだいこん、しょうが、にんじん、レタス、コーン、わかめ ◎にんじん、きゅうり、干しいたけ	☆米、薄力粉、かたくり粉、てんさい糖、油、いりごま、ごま油 ◎そうめん