献立予定表

令和 8年　7月　　つるがしま白百合幼稚園

日（曜日）		朝おやつ（0～2歳児）	主食	給食	材料	午後おやつ	材料
1（水）	17（金）	せんべい	麺	塩焼きそば 味噌ポテト 中華卵スープ 牛乳	焼きそば麺　ｷｬﾍﾞﾂ　豚肉　もやし　人参　ﾋﾟｰﾏﾝ　ｺﾞﾏ油 じゃが芋 卵　玉葱　人参　えのき茸　ﾜｶﾒ 牛乳	麦茶わらび餅 麦茶	麦茶　きな粉
2（木）	21（火）	せんべい	パン	鶏肉のレモンバジル焼き インディアンマカロニ コンソメスープ 牛乳	鶏肉　ﾊﾞｼﾞﾙ　ﾚﾓﾝ果汁 ﾏｶﾛﾆ　玉葱　人参　ﾋﾟｰﾏﾝ　ﾍﾞｰｺﾝ　ﾄﾏﾄ水煮　ｶﾚｰ粉 ｷｬﾍﾞﾂ　人参　玉葱 牛乳	コーンごはん 麦茶	ごはん　ｺｰﾝ ﾊﾞﾀｰ
3（金）	22（水）	ﾋﾞｽｹｯﾄ	ごはん	豆腐ハンバーグ チャプチェ 大根の味噌汁 牛乳	豆腐　人参　玉葱　鶏肉　ひじき　ﾊﾟﾝ粉 春雨　豚肉　もやし　人参　椎茸　ﾆﾗ　ｺﾞﾏ　ｺﾞﾏ油 大根　油揚げ 牛乳	やみつきトースト 麦茶	食ﾊﾟﾝ　ﾁｰｽﾞ
4（土）	／	せんべい	麺	ジャージャーうどん しゅうまい みかん缶 牛乳	うどん　豚肉　葱　筍　椎茸　胡瓜　ｵｲｽﾀｰｿｰｽ しゅうまい（豚肉　玉葱） みかん缶 牛乳	フルーチェ 麦茶	牛乳　ﾌﾙｰﾁｪ
6（月）	23（木）	せんべい	ごはん	鮭のコーンクリーム焼き 厚揚げ炒め もずくの味噌汁 牛乳	鮭　ｺｰﾝ　ﾁｰｽﾞ 厚揚げ　豚肉　人参　玉葱　ﾋﾟｰﾏﾝ 卵　もずく　葱 牛乳	水ようかん 麦茶	こしあん　寒天
7（火）	／	ｸﾗｯｶｰ	麺	七夕うどん 肉団子のオーロラソース 小松菜ののり和え 牛乳	うどん　人参　おくら　麸 肉団子（鶏肉　玉葱）　ﾏﾖﾈｰｽﾞ 小松菜　人参　もやし　のり 牛乳	さくべい 麦茶	薄力粉　米粉
8（水）	24（金）	せんべい	ごはん	カレーコロッケ ラタトゥイユ 豆腐の味噌汁 牛乳	じゃが芋　玉葱　豚肉　人参　ｺｰﾝ　ｶﾚｰ粉　ﾊﾟﾝ粉 鶏肉　茄子　玉葱　人参　ﾋﾟｰﾏﾝ　ﾄﾏﾄ水煮 豆腐　ﾜｶﾒ　油揚げ 牛乳	青のりトースト 麦茶	食ﾊﾟﾝ　青のり ﾏﾖﾈｰｽﾞ
9（木）	28（火）	せんべい	ごはん	ツナ入り卵焼き ひじきの煮物 じゃが芋の味噌汁 牛乳	卵　玉葱　ﾂﾅ　人参　ほうれん草 ひじき　人参　蓮根　蒟蒻　さつま揚げ　ｲﾝｹﾞﾝ じゃが芋　玉葱 牛乳	パインゼリー 麦茶	ﾊﾟｲﾝｼﾞｭｰｽ 寒天
11（土）	25（土）	せんべい	パン	卵サンド 鶏肉の照り焼き／バナナ 具だくさんスープ 牛乳	ﾛｰﾙﾊﾟﾝ　卵　ﾏﾖﾈｰｽﾞ 鶏肉　／　ﾊﾞﾅﾅ じゃが芋　ｷｬﾍﾞﾂ　玉葱　人参　ﾍﾞｰｺﾝ 牛乳	クラッカーサンド 麦茶	ｸﾗｯｶｰ　ﾏｼｭﾏﾛ ｼﾞｬﾑ
13（月）	27（月）	ﾋﾞｽｹｯﾄ	麺	わかめうどん ちくわの磯辺揚げ 切干大根サラダ 牛乳	うどん　ﾜｶﾒ　油揚げ 竹輪　青のり 切干大根　胡瓜　人参　ﾂﾅ　ｺﾞﾏ油 牛乳	肉味噌ごはん 麦茶	ごはん　豚肉
14（火）	29（水）	せんべい	ごはん	酢鶏 きゅうりのなめ茸和え ワンタンスープ 牛乳	鶏肉　玉葱　人参　筍　ﾋﾟｰﾏﾝ　椎茸 胡瓜　ﾜｶﾒ　なめ茸 ﾜﾝﾀﾝ皮　豚肉　葱　なると　おくら 牛乳	いももち 麦茶	じゃが芋
15（水）	31（金）	せんべい	ごはん	夏野菜カレー わかめサラダ ベジタブルゼリー 牛乳	じゃが芋　鶏肉　玉葱　南瓜　茄子　人参　ﾋﾟｰﾏﾝ　ｶﾚｰﾙｳ ﾜｶﾒ　ｷｬﾍﾞﾂ　胡瓜　ﾂﾅ　ｺｰﾝ　ｺﾞﾏ　ｺﾞﾏ油 野菜ｼﾞｭｰｽ　寒天 牛乳	オレンジ蒸しパン 麦茶	ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ 卵　ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞｼﾞｬﾑ
16（木）	30（木）	ﾋﾞｽｹｯﾄ	ごはん	豚肉のスタミナ炒め かぼちゃの煮物 キャベツの味噌汁 牛乳	豚肉　玉葱　人参　ﾆﾗ 南瓜 ｷｬﾍﾞﾂ　人参　玉葱 牛乳	杏仁豆腐 麦茶	牛乳　寒天 みかん缶 ﾊﾟｲﾝ缶
10（金）	／	せんべい	Happy Birthday　お誕生会メニュー		ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ　豚肉　茄子　玉葱　ﾋﾟｰﾏﾝ　ﾄﾏﾄ じゃが芋　胡瓜　人参　ﾁｰｽﾞ　ﾊﾑ　ﾏﾖﾈｰｽﾞ おくら　葱　ﾜｶﾒ　ｺﾞﾏ油 牛乳	おからヨーグルトケーキ 麦茶	おから　牛乳 卵　ﾖｰｸﾞﾙﾄ ﾚﾓﾝ果汁　薄力粉

～お誕生会メニュー～

★トマトと茄子のスパゲティ
★マセドアンサラダ
★おくらとわかめのスープ
★牛乳

＊都合により、多少献立を変更する場合があります。ご了承ください。

今月の平均栄養摂取量	ｴﾈﾙｷﾞｰ(Kcal)	たんぱく質(g)
3歳未満児	401	14.7
3歳以上児（昼食のみ）	364	15.7
3歳以上児（昼食＋午後おやつ）	469	18.0