



7月保育園献立予定表



日	曜	こ ん だ て め い		血 や 肉 に な る 食 品 (赤)	か ら だ の 調 子 を よ く す る 食 品 (緑)	はたらく力になる食品(黄)	10時 未満児 おやつ	14時 未満児幼児 おやつ	備 考
1	水	ごはん (平皿) 牛乳	チキンカレー オムレツ フルーツ和え	牛乳 とりにく みそ オムレツ (たまご)	にんにく しょうが たまねぎ にんじん りんご りんご もも パイナップル レモン	ごはん じゃがいも あぶら カレールウ(こむぎこ) カクテルゼリー さとう	しらすせんべい	こつぶポテコ	
2	木	ごはん 牛乳	ちくわの磯辺揚げ 大豆の五目煮 豚汁 のりふりかけ	牛乳 ちくわ あおのり だいず こんぶ とりにく ぶたにく みそ のりふりかけ	にんじん さやいんげん たまねぎ だいこん ごぼう ねぎ	ごはん こむぎこ あぶら さとう さといも	むらさき芋せんべい	たべっこ動物 ぶどうジュース	
3	金	パンズパン 牛乳	フィッシュバーガー 別) ノンエッグマヨネーズ アルファベットスープ キャベツソテー	牛乳 フィッシュフライ (たら) とりにく	たまねぎ にんじん にんにく キャベツ	パンズパン フィッシュフライ (こむぎこ) あぶら ノンエッグマヨネーズ マカロニ じゃがいも オリーブあぶら あぶら	かぼちゃポーロ	揚げせんべい	
4	土	おかかおにぎり 幼) ツナマヨおにぎり 牛乳 みかんゼリー					ふんわりコーン	ポテトフライ	
6	月	ごはん 牛乳	照り焼きハンバーグ 小松菜の炒め物 かぼちゃのみそ汁	牛乳 ハンバーグ (とりにく) ぶたにく みそ	ハンバーグ (たまねぎ) こまつな もやし だいこん かぼちゃ たまねぎ にんじん ねぎ	ごはん さとう でんぶん ごまあぶら	赤ちゃんせんべい	デミケーキ	
7	火	ごはん 牛乳	ひじきごはん 星のコロッケ 七タ汁 七タゼリー	牛乳 ひじき とりにく あぶらあげ 豆腐 (ぶたにく) かまぼこ とうふ	にんじん とうもろこし みつば えのきだけ オクラ たまねぎ	ごはん あぶら さとう コロッケ (じゃがいも こむぎこ) たなばたゼリー	とうもろこしスナック	星たべよ	七夕献立
8	水	ごはん 牛乳	お好みはんぺん 十六ささげのごま炒め 具だくさん汁 おかかふりかけ	牛乳 はんぺん (さかなすりみ) とりにく あぶらあげ おかかふりかけ	じゅうろくささげ もやし はんぺん (にんじん キャベツ とうもろこし) だいこん にんじん たまねぎ たけのこ みずな	ごはん さとう ごま ごまあぶら	しらすせんべい	いちごヨーグルト	
9	木	ごはん 牛乳	いわしのしょうが煮 じゃがいものうま煮 きんぴらごぼう	牛乳 いわしのしょうがに (いわし) ぶたにく はんぺん ぶたにく	いわしのしょうがに (しょうが) たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん ごぼう えだまめ	ごはん じゃがいも あぶら さとう さとう ごまあぶら	むらさき芋せんべい	こつぶポテコ	
10	金	白玉うどん 牛乳	野菜たっぷり五目うどん えびの天ぷら みかんゼリーボンチ	牛乳 とりにく あぶらあげ てんぶら (えび)	にんじん たまねぎ ほうれんそう しめじ ねぎ りんご パイナップル もも レモン	しらたまうどん てんぶら (こむぎこ) でんぶん あぶら みかんゼリー さとう	かぼちゃポーロ	たべっこ動物	
11	土	鮭おにぎり 幼) 梅おにぎり 牛乳 りんごゼリー					食べっこBABY	コーンスナック (ソース)	
13	月	ごはん 牛乳	揚げ鶏のねぎソース ほうれん草炒め 冬瓜汁	牛乳 とりにく かまぼこ とりにく とうふ	しょうが ねぎ ほうれんそう もやし とうがん にんじん しだけ みつば	ごはん でんぶん こめこ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん	赤ちゃんせんべい	デミケーキ	全国郷土 料理の日 「沖縄県」
14	火	ごはん 牛乳	春巻 ホイコーロー 春雨スープ	牛乳 はるまき (とりにく) ぶたにく みそ	はるまき (たまねぎ キャベツ) ピーマン キャベツ しょうが たまねぎ にんじん チンゲンサイ とうもろこし	ごはん はるまき (こむぎこ) あぶら さとう でんぶん はるさめ	とうもろこしスナック	揚げせんべい	
15	水	ごはん 牛乳	豚の角煮 ゴーヤチャンプルー もずくスープ	牛乳 かくに (ぶたにく) あつあげ ぶたにく たまご もずく	ゴーヤ もやし たまねぎ みずな にんじん たけのこ えのきだけ	ごはん ごまあぶら さとう	しらすせんべい	幼) ムースショー 未) 豆乳プリン	
16	木	ロールパン 牛乳	鶏肉のマーマレード焼き ミネストローネ マスカットゼリーボンチ	牛乳 とりにく だいず	たまねぎ にんじん にんにく トマト りんご もも パイナップル レモン	ロールパン マーマレード さとう マカロニ オリーブあぶら マスカットゼリー さとう	むらさき芋せんべい	たべっこ動物	
17	金	ごはん 牛乳	スタミナ丼 カットコーン 夏野菜のみそ汁	牛乳 ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	たまねぎ ピーマン にんじん しょうが にんにく りんご とうもろこし なす かぼちゃ ねぎ	ごはん あぶら さとう でんぶん	かぼちゃポーロ	星たべよ	食育の日 「夏野菜をあじわ う」
18	土	おかかおにぎり 幼) 昆布おにぎり 牛乳 ぶどうゼリー					ふんわりコーン	ポテトフライ	
21	火	ごはん 牛乳	ピラフ 星のハンバーグ 別) ケチャップ オニオンスープ	牛乳 ウィンナー (ぶたにく) ハンバーグ (とりにく) とりにく	ハンバーグ (たまねぎ) とうもろこし マッシュルーム あかパプリカ にんにく たまねぎ キャベツ パセリ にんじん	ごはん あぶら オリーブあぶら	とうもろこしスナック	デミケーキ	
22	水	ごはん 牛乳	さばのしょうゆ麹焼き 小松菜とハムの炒め物 あおさのみそ汁	牛乳 さば ハム (ぶたにく) とうふ あおさのり みそ	とうもろこし こまつな たまねぎ にんじん	ごはん さとう じゃがいも	しらすせんべい	こつぶポテコ	
23	木	ごはん 牛乳	ミニウィンナー ツナそば けんちゃん汁 幼) 手巻きのり 未) ーロりんごゼリー	牛乳 ウィンナー (ぶたにく) ツナ のり	にんじん しょうが こんにゃく ごぼう にんじん しめじ	ごはん さとう さといも りんごゼリー	むらさき芋せんべい	ももゼリー	
24	金	中華めん 牛乳	塩ラーメン 肉まん ナムル	牛乳 ぶたにく なんと にくまん (ぶたにく)	キャベツ にんじん ねぎ にくまん (キャベツ たまねぎ) にんじん こまつな もやし	ちゅうかめん にくまん (こむぎこ) さとう ごまあぶら	かぼちゃポーロ	揚げせんべい	
25	土	鮭おにぎり 幼) 鶏五目おにぎり 牛乳 ヨーグルト					食べっこBABY	コーンスナック (ソース)	
27	月	ごはん 牛乳	ラッキョーカレーライス ミートボール 福神漬 幼) パイナップル 未) ーロ洋梨ゼリー	牛乳 ぶたにく みそ ミートボール (とりにく) とりにく	ミートボール (たまねぎ) しょうが にんにく たまねぎ にんじん スズキニ にかぼちゃ なす トマト りんご ぶくじんづけ (きゅうり だいこん かり なす れんこん) パイナップル	ごはん カレールウ(こむぎこ) あぶら ようなしゼリー	赤ちゃんせんべい	星たべよ	
28	火	ソフト麺 牛乳	ミートソース ほうれん草ベーコンソテー りんごのケーキ	牛乳 ぶたにく ベーコン (ぶたにく) たまご 牛乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト ほうれんそう とうもろこし にんにく りんご	ソフトめん さとう でんぶん ケーキ (こむぎこ) りんご パター	とうもろこしスナック	ミニパン 野菜果物ジュース	卵乳除去食 「りんごのケーキ」
29	水	ごはん 牛乳	鶏肉のから揚げ にんじんしりしり ふのすまし汁	牛乳 とりにく ツナ とうふ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん こんにゃく しめじ にんじん みつば	ごはん でんぶん こめこ あぶら ごまあぶら さとう ふ	しらすせんべい	こつぶポテコ	
30	木	ドッグパン 牛乳	豆腐ナゲット 焼きそば レモンゼリーボンチ	牛乳 ナゲット (とうふ さかなすりみ) ぶたにく ちくわ あおのり かつおぶし とうふ	キャベツ にんじん ガッ (たまねぎ) りんご パイナップル もも レモン	ドッグパン あぶら やきそば レモンゼリー さとう	むらさき芋せんべい	揚げせんべい	
31	金	ごはん 牛乳	けんちゃんしのだの甘みそかけ 小松菜とにんじんの炒め物 鶏団子汁	牛乳 けんちゃんしのだ (とうふ あぶらあげ さかなすりみ) みそ チキンボール (とりにく)	こまつな にんじん たまねぎ にんじん みつば もやし	ごはん さとう	かぼちゃポーロ	幼) りんごシャーベット 未) いちごのムース	

※献立について詳しくお知りになりたい方は、保育園までお問い合わせ下さい。
※青果等、使用予定産地をあま市公式ウェブサイトに掲載していますのでご覧ください。
※食材の調達の都合等により、食材及び献立を変更することがあります。
※おやつについては、終売等により変更することがあります。



★7月の愛知の野菜は「十六ささげ・なす」です。(太字で表記しています。)

