

献立表



給食目標: 自分たちで育てた野菜を収穫し、好き嫌いせず食べる



2026年07月

太子保育園

日付	献立		献立			10時おやつ (後期・完了)	3時おやつ (後期・完了)	行事
			中期	後期	完了			
01 水	御飯 タンダーチキン スパゲッティサラダ コンソメジュリエンス	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 じゃが芋、小松菜 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、小松菜 人参、胡瓜 じゃが芋	米 鶏肉、玉葱、小松菜 人参、胡瓜 じゃが芋	牛乳	麩、豆乳、きな粉	プール始め
02 木	御飯 厚揚げの味噌炒め コーンサラダ 清汁(かまぼこ・わかめ)	主食 主菜 副菜 汁	米 ブロッコリー、豆腐 キャベツ、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、豆腐 人参、ブロッコリー わかめ	米 豚肉、玉葱、豆腐 人参、ブロッコリー わかめ	蒸しじゃがいも	小麦粉、ねぎ キャベツ	
03 金	御飯 鶏肉とズッキーニの甘辛炒め ひじき煮 味噌汁(油揚げ・キャベツ)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、じゃが芋 小松菜、人参 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、小松菜 人参、南瓜 キャベツ	米 鶏肉、玉葱、小松菜 人参、南瓜 キャベツ	茹大根	じゃが芋	
04 土	御飯 納豆 たまご焼き みそ汁(じゃが芋・玉葱)	主食 主菜 副菜 汁	米 納豆、人参 じゃが芋、玉葱 野菜スープ	米 納豆、玉葱 人参、胡瓜 じゃが芋	米 納豆、玉葱 人参、胡瓜 じゃが芋			
06 月	御飯 焼きビーフン きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(たまねぎ・なす)	主食 主菜 副菜 汁	米 ブロッコリー、キャベツ 玉葱、じゃが芋 野菜スープ	米 高野豆腐、キャベツ、葱 胡瓜、ブロッコリー 玉葱	米 高野豆腐、キャベツ、葱 胡瓜、ブロッコリー 玉葱	牛乳	じゃが芋、チーズ かつお節	
07 火	ちらしずし ちくわ磯辺揚げ オクラのスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、人参 小松菜、大根 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、小松菜 人参、胡瓜 大根	米 鶏肉、玉葱、小松菜 人参、胡瓜 大根	蒸しじゃがいも	そうめん	
08 水	冷やしたぬき じゃが芋の甘辛 バナナ	主食 主菜 副菜 汁	うどん 南瓜、じゃが芋 ブロッコリー、人参 野菜スープ	うどん ツナ、玉葱、大根 人参、ブロッコリー、バナナ(茹で)	うどん ツナ、玉葱、大根 人参、ブロッコリー、バナナ	豆乳	米、鮭	
09 木	麦御飯 夏野菜のキーマカレー トマトとよしのサラダ 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 小松菜、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、なす 人参、小松菜 トマト	米 豚肉、玉葱、なす 人参、小松菜 トマト	茹人参	きゅうり	園外保育 (4歳児)
10 金	御飯 豆腐のうま煮 キャベツの千草漬け 中華コンソメスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 キャベツ、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、キャベツ 人参、胡瓜 玉葱	米 豚肉、豆腐、キャベツ 人参、胡瓜 玉葱	茹大根	ホットケーキ粉 豆乳、南瓜	
11 土	スパゲッティ・ミートソース オレンジ	主食 主菜 副菜 汁	スパゲッティ 玉葱、人参 じゃが芋、大根 野菜スープ	スパゲッティ 豚肉、玉葱 人参、大根、オレンジ(茹で)	スパゲッティ 豚肉、玉葱 人参、大根、オレンジ			
13 月	御飯 鮭のレモン焼き かみかみナムル 味噌汁(小松菜・じゃが芋)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、小松菜 じゃが芋、人参 野菜スープ	米 鮭、玉葱 じゃが芋、人参 小松菜	米 鮭、玉葱 じゃが芋、人参 小松菜	牛乳	きな粉 パン	
14 火	御飯 鶏じゃが 納豆和え 味噌汁(油揚げ・大根)	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、玉葱 人参、ほうれん草 野菜スープ	米 鶏肉、じゃが芋、玉葱 納豆、ほうれん草、人参 大根	米 鶏肉、じゃが芋、玉葱 納豆、ほうれん草、人参 大根	茹人参	うどん、豚肉 キャベツ	
15 水	御飯 豆腐のチャンプルー わかめサラダ 野菜スープ(かにかま・卵)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 小松菜、大根 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、玉葱 人参、胡瓜 大根	米 豚肉、豆腐、玉葱 人参、胡瓜 大根	蒸しじゃがいも	とうもろこし	
16 木	ロールパン 肉団子のトマト煮 フレンチスパサラダ ポテトスープ	主食 主菜 副菜 汁	食パン 人参、玉葱 じゃが芋、ブロッコリー 野菜スープ	食パン 豚肉、玉葱、ブロッコリー、トマト 胡瓜、スパゲッティ じゃが芋	食パン 豚肉、玉葱、ブロッコリー、トマト 胡瓜、スパゲッティ じゃが芋	茹大根	米、塩	
17 金	御飯 ブルコギ きゅうりとちくわのマヨ和え チンゲン菜のスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 小松菜、玉葱 人参、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、小松菜 人参、胡瓜 大根	米 豚肉、玉葱、小松菜 人参、胡瓜 大根	豆乳	すいか	お泊り保育 (5歳児)
18 土	おにぎり 味噌汁(きゃべつ・人参) バナナ	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、人参 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 ツナ、キャベツ 大根、バナナ(茹で) 人参	米 ツナ、キャベツ 大根、バナナ 人参			お泊り保育 (5歳児)
21 火	御飯 茄子と鶏肉のボン酢炒め かにかまサラダ 味噌汁(もやし・じゃがいも)	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、じゃが芋 小松菜、南瓜 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、小松菜 胡瓜、マカロニ じゃが芋	米 鶏肉、玉葱、小松菜 胡瓜、マカロニ じゃが芋	豆乳	人参蒸しパン	
22 水	御飯 ラタトゥイユチキン 冷しゃぶサラダ 野菜スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 大根、玉葱 キャベツ、ブロッコリー 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、なす 胡瓜、ブロッコリー キャベツ	米 鶏肉、玉葱、なす 胡瓜、ブロッコリー キャベツ	茹大根	ヨーグルト、きな粉	
23 木	御飯 メンチカツ いんげんとちくわの胡麻和え 味噌汁(ねぎ・オクラ)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 大根、人参 ねぎ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 大根、人参 ねぎ	牛乳	米、大根	避難訓練
24 金	御飯 鶏肉と南瓜のカレー炒め ピーマンおおか ミネストローネ	主食 主菜 副菜 汁	米 南瓜、じゃが芋 人参、玉葱 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、南瓜 人参、じゃが芋 トマト、キャベツ	米 鶏肉、玉葱、南瓜 人参、じゃが芋 トマト、キャベツ	茹人参	小麦粉、豚肉 ねぎ、キャベツ	
25 土	焼きそば すいか	主食 主菜 副菜 汁	そうめん キャベツ、じゃが芋 人参、玉葱	そうめん 豚肉、玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋、スイカ(茹で)	そうめん 豚肉、玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋、スイカ			
27 月	御飯 煮魚(かじき) トマトとチーズサラダ 味噌汁(厚揚げ・たまねぎ)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、キャベツ 玉葱、人参 野菜スープ	米 カジキ、玉葱、キャベツ 胡瓜、トマト 豆腐	米 カジキ、玉葱、キャベツ 胡瓜、トマト 豆腐	牛乳	ホットケーキ粉 豆乳、小松菜	
28 火	冷やし中華 芋フライ 飲むヨーグルト	主食 主菜 副菜 汁	そうめん じゃが芋、大根 人参、南瓜 野菜スープ	そうめん 高野豆腐、玉葱、じゃが芋 人参、ブロッコリー ヨーグルト、南瓜	そうめん 高野豆腐、玉葱、じゃが芋 人参、ブロッコリー ヨーグルト、南瓜	茹大根	米、とうもろこし	
29 水	御飯 春巻き 五目納豆 味噌汁(卵・玉葱)	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、人参 大根、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、キャベツ、人参 納豆、小松菜、胡瓜 玉葱	米 豚肉、キャベツ、人参 納豆、小松菜、胡瓜 玉葱	蒸しじゃがいも	パン	
30 木	御飯(雑穀入り) ハンバーグ 切干サラダ、すいか 味噌汁(人参・南瓜)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 南瓜、大根 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 胡瓜、人参 南瓜	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 胡瓜、人参 南瓜	豆乳	ハイハイ	誕生会
31 金	御飯 チンジャオロース きゅうりとしらすの酢の物 ワンタンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、小松菜 人参、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、小松菜、玉葱 胡瓜、マカロニ じゃが芋	米 豚肉、小松菜、玉葱 胡瓜、マカロニ じゃが芋	茹人参	ホットケーキ粉 豆乳、きな粉	

※献立は都合により変更することがあります。※未満児は午前・午後のおやつ・昼食時に、以上児は状況に応じて麦茶を提供します。