

2026年度 7月 献立表			かなえ保育園						
日	曜	献立	主食	あか	みどり	きいろ	おやつ		原材料に 含まれる アレルギー
							未満児午前	午後	
1日	水	ふりかけご飯 サバの塩焼き 切り干し大根の煮物 じゃがいもの味噌汁	ご飯	味かつお・さば 薄揚げ・ちくわ 牛乳	切り干し大根・人参・いんげん 小松菜・しめじ・バナナ	米 じゃがいも	ヨーグルト お菓子	バナナ 菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
2日	木	ひじき入り炊き込みご飯 ブロッコリーのおかか和え ひなご 豚汁	ご飯	鶏肉・豚肉 薄揚げ・豆腐 かつお節 ひなご・牛乳	人参・ひじき・干しいたけ ブロッコリー・キャベツ・もやし 青ねぎ・こんにゃく・大根	米	ヨーグルト お菓子	カステラ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
3日	金	ミートスパゲティ ポパイサラダ フルーツヨーグルト	麺	合挽きミンチ ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく ほうれん草・キャベツ・もやし パインアップル・桃・みかん	スパゲティ	牛乳 お菓子	ちんすこう 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
4日 18日 25日	土	サンドイッチ ポタージュ バナナ	パン	卵 ハム 牛乳	きゅうり・青のり・コーン バナナ	パン じゃがいも	牛乳 お菓子	菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
6日	月	親子丼 厚揚げのみそ汁 ひなご オレンジ	ご飯	鶏肉・卵 かまぼこ 厚揚げ・ひなご 牛乳	玉ねぎ・えのき・青ねぎ 干しわかめ・人参 オレンジ	米	ヨーグルト お菓子	ドーナツ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
7日	火	ちらし寿司 そめめ汁 すいか	ご飯	チリメンジャコ 高野豆腐 卵・ちくわ かまぼこ 牛乳	干しいたけ・いんげん・人参 オクラ・青ねぎ・すいか	米 そうめん ごま	ヨーグルト お菓子	マシュマロサンド 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
8日	水	ご飯 鶏の唐揚げ スパゲティサラダ わかめスープ	ご飯	鶏肉 ハム 牛乳	生姜・にんにく・きゅうり・人参 干しわかめ・玉ねぎ	米 スパゲティ ごま・麺	ヨーグルト お菓子	お麩ラスク 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
9日	木	麦ご飯 いわしの梅煮 ほうれん草の和え物 さつま汁	ご飯	いわし 納豆・豚肉 牛乳	梅・人参・もやし・ほうれん草 玉ねぎ・ごぼう・青ねぎ・バナナ	押し麦 米 ごま さつまいも	ヨーグルト お菓子	バナナ 菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
10日	金	夏野菜カレー ゴマネーズ和え フルーツヨーグルト	ご飯	鶏肉・ちくわ スキムミルク・チーズ チリメンジャコ ヨーグルト・牛乳	人参・玉ねぎ・なす・かぼちゃ ズッキーニ・きゅうり・キャベツ パインアップル・桃・みかん	米 じゃがいも ごま・パン	牛乳 お菓子	じゃこトースト 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
13日	月	ツナ入りチャーハン ほうれん草の和え物 麺のみそ汁	ご飯	ツナ 納豆 薄揚げ 牛乳	玉ねぎ・人参・コーン・ニラ もやし・ほうれん草・大根 青ねぎ	米 ごま 麺	ヨーグルト お菓子	バームクーヘン 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
14日	火	スープスパゲティ ツナサラダ ひなご ミックスフルーツ	麺	ベーコン ツナ・ひなご 牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ ほうれん草・キャベツ パインアップル・桃・みかん	スパゲティ	ヨーグルト お菓子	クッキー 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
15日	水	ゆかりご飯 タラの煮付け ピーマンのじゃこ炒め 豆腐のみそ汁	ご飯	タラ チリメンジャコ 花かつお・豆腐 薄揚げ・牛乳	ゆかり・生姜・ピーマン・青ねぎ 干しわかめ・青のり	米 じゃがいも	ヨーグルト お菓子	青のりポテト 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
16日	木	麦ごはん 豚肉のしょうが炒め ひじきサラダ もずくスープ	ご飯	豚肉 豆腐 かまぼこ 牛乳	玉ねぎ・人参・ピーマン・もやし しょうが・ひじき・キャベツ・きゅうり もずく・えのき	押し麦 米 パン	ヨーグルト お菓子	スティックパン 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
21日	火	親子丼 ポパイサラダ ひなご 厚揚げのみそ汁	ご飯	鶏肉・卵 かまぼこ 厚揚げ・ひなご 牛乳	玉ねぎ・人参・えのき・青ねぎ ほうれん草・キャベツ・コーン 干しわかめ	米	ヨーグルト お菓子	菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
22日	水	ホットドッグ コンスープ ロリエース	パン	ウイナー 卵・スキムミルク 牛乳	キャベツ・コーン・玉ねぎ 人参・パセリ	パン じゃがいも	牛乳 お菓子	プリン お茶	・小麦 ・乳成分 ・卵
23日	木	麦ごはん 焼き鮭 ツナの和え物 じゃがいものみそ汁	ご飯	鮭 ツナ 牛乳	ほうれん草・キャベツ・人参 小松菜・しめじ	押し麦 米 じゃがいも	ヨーグルト お菓子	ドーナツ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
24日	金	ビーフカレー ひじきサラダ パインアップル	ご飯	牛肉・ツナ スキムミルク 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース・人参 キャベツ・きゅうり・ひじき パインアップル	米 じゃがいも パン	ヨーグルト お菓子	ツナマヨトースト 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
27日	月	チキンピラフ ひじきサラダ ひなご コンソメスープ	ご飯	鶏肉 ひなご 牛乳	玉ねぎ・人参・グリーンピース・コーン ひじき・キャベツ・きゅうり 干しわかめ・もやし	米	ヨーグルト お菓子	カステラ 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
28日	火	食パン 鶏のアンGRES ツナサラダ オニオンスープ	パン	鶏肉 ツナ	ほうれん草・キャベツ・人参 干しわかめ・玉ねぎ・もやし 青菜	パン 米	ヨーグルト お菓子	青菜おにぎり お茶	・小麦 ・乳成分 ・卵
29日	水	麦ごはん ホキの若草揚げ ほうれん草の和え物 大根のみそ汁	ご飯	ホキ・納豆 薄揚げ ヨーグルト	青のり・人参・もやし・ほうれん草 大根・小松菜・パインアップル 桃・みかん	押し麦 米 ごま	牛乳 お菓子	フルーツヨーグルト ばりんご お茶	・小麦 ・乳成分 ・卵
30日	木	ご飯 回鍋肉 ひなご 中華スープ	ご飯	豚肉 ウイナー ひなご 牛乳	キャベツ・人参・玉ねぎ・ピーマン しょうが・にんにく・青ねぎ パインアップル・みかん・桃・レモン	米 春雨 ごま	ヨーグルト お菓子	きらきらゼリー 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
31日	金	麦ごはん 肉じゃが ツナの和え物 小松菜のみそ汁	ご飯	牛肉・ツナ 豆腐 牛乳	玉ねぎ・人参・糸こんにゃく グリーンピース・ほうれん草・キャベツ 小松菜・バナナ	押し麦 米 じゃがいも	ヨーグルト お菓子	バナナ 菓子 牛乳	・小麦 ・乳成分 ・卵
 ○17日(金) 弁当日									