

令和8年 7月 給食献立表

【今月の目標】・・・夏野菜を食べて暑い夏を乗り越えましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	水	ご飯	魚の黄金焼き 五目きんぴら 豆腐の味噌汁	牛乳/南瓜煮	ヤクルト/ぜんざい/果物
2	木	ご飯	酢どり 青菜のじゃこ和え にら玉スープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/牛乳くずもち/果物
3	金	ご飯	ハンバーグ マセドアンサラダ 野菜スープ	牛乳/卵焼き	牛乳/バナナマフィン
4	土	な つ ま つ り 弁当の日 			
6	月	ご飯	豆腐のつくね 切り干し大根の煮物 茄子の味噌汁	牛乳/じゃが芋煮	牛乳/クレープ/果物
7	火	わかめご飯	鶏の照り焼き ポテトサラダ セタそうめん 	牛乳/焼きりんご	牛乳/コーンパン/果物
8	水	ご飯	魚の南蛮風 南瓜の煮物 厚揚げの味噌汁	牛乳/こぶき芋	ヤクルト/大豆といりこの佃煮/果物
9	木	ご飯	茄子と豚肉の味噌炒め 五目卵焼き すり身の吸い物	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/ポテトチップス/果物
10	金	ご飯	えびしゅうまい 野菜の土佐和え 豆乳味噌スープ	牛乳/とうもろこし	牛乳/お好み焼き/果物
11	土	パン	イタリアンスパゲティ ウィナーの卵とじ チンゲン菜のスープ	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/いなり寿司/果物
13	月	ご飯	ピーマンの肉詰め ミモザサラダ 豚汁	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/じゃが芋のガレット/果物
14	火	パン	冷やし中華 タンドリーチキン わかめスープ	牛乳/厚揚げ煮	牛乳/梅おにぎり/果物
15	水	ご飯	魚のチーズ焼き ひじきのサラダ 鶏団子汁	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/まんじゅう/果物
16	木	ご飯	コロッケ 春雨の酢の物 かきたま汁	牛乳/青のりポテト	牛乳/とうもろこし/果物
17	金	ご飯	茄子の挟み焼き 高野豆腐の卵とじ 南瓜の味噌汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/夏野菜ピザ/果物
18	土	ご飯	豚肉の生姜焼き 野菜の納豆和え 豆腐のすまし汁	牛乳/じゃがいもバター	牛乳/ホットケーキ/果物
21	火	パン	鶏肉のさっぱり煮 卵サラダ ちゃんぽん	牛乳/いりこの佃煮	牛乳/かっぱ巻き/果物
22	水	ご飯	魚の竜田揚げ おくらのごま和え けんちん汁	牛乳/黄粉トースト	牛乳/南瓜グラッセ/果物
23	木	ご飯	タルタル卵の肉巻き トマトのマリネ ポテトスープ	牛乳/みたらし団子	牛乳/蒸しパン/果物
24	金	ご飯	春巻き 人参しりしり チンゲン菜の味噌汁	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/じゃがちゃん/果物
25	土	人参ご飯	ビーフン炒め じゃが芋のそぼろ煮 おくら入りスープ	牛乳/蒸しパン	牛乳/黄粉団子/果物
27	月	ご飯	ささみのフライ ひじきの炒め煮 コーンスープ	牛乳/さつま芋バター	牛乳/あんぱん/果物
28	火	ご飯	魚の人参衣焼き キャベツの梅和え 南瓜の天ぷら 団子汁	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/チヂミ/果物
29	水	誕生会 	夏野菜カレー コールスローサラダ とうもろこし 卵スープ すいか	牛乳/菓子	牛乳/フワフワドーナツ
30	木	ご飯	えびカツ きゅうりの酢の物 ミネストローネ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/フルーツゼリー
31	金	ご飯	カレー麻婆 南瓜サラダ 野菜スープ	牛乳/黄粉団子	牛乳/サクサククッキー/果物



だんだんと暑い日も増えてきて、本格的な夏の季節を感じてきました。
暑いと冷たいものを食べたり飲んだりすることが増えてますが、しっかりと食事を取り、
夏バテや熱中症にならないようにしていきましょう。

今月はとうもろこしの皮むき(5歳児)、ピザ作り(2,3歳児)のクッキングを予定しています。楽しく安全にクッキングをしたいと思います。
また七夕の日は七夕そうめん、夏祭りはラスクととうもろこしおにぎりを提供します。楽しみにしていってくださいね。