



7月こんだて表



☺ …歯のマークは、かみかみ献立です。しっかり噛んで食べましょう。

☆…星マークはハッピーキャロット給食の日です。星形のにんじんが入っています。

令和8年(2026年)7月 井手町立玉川保育園

ひにち	ようび	こんだて名		おもな材料名			おやつ
		0歳・1歳・2歳・3歳・4歳・5歳	0歳・1歳・2歳	き	あか	みどり	
☆1	水	鶏肉の南蛮漬け ☺ チンゲン菜のごま和え	すまし汁	片栗粉	鶏肉	チンゲン菜 人参・きゅうり	菓子
2	木	魚の照り焼き 和風サラダ 豆腐の味噌汁		ごま	魚 豆腐 わかめ・味噌	キャベツ・きゅうり 人参・コーン 玉ねぎ・ねぎ	シュガー トースト
3	金	ちゃんぽん 切干大根のツナマヨサラダ		中華めん・ごま油 マヨドレ	豚肉・かまぼこ ひじき・ツナ	キャベツ・玉ねぎ・もやし・ねぎ きゅうり・コーン・人参・切干大根	菓子
6	月	じゃがぶ〜 キャベツのケチャップ炒め	味噌汁	じゃがいも 糸こんにゃく	豚肉 ウインナー	人参・三度豆 玉ねぎ・キャベツ	マシュマロバー
7	火	☺ 七塔そうめん かき揚げ・わかめごはん		そうめん さつまいも・小麦粉	ロースハム・ひじき 卵・ちくわ・わかめ	きゅうり・人参 玉ねぎ・ねぎ	七塔ゼリー
8	水	魚のカレームニエル マカロニサラダ 玉ねぎの味噌汁		小麦粉・バター マカロニ マヨドレ	魚 わかめ・味噌 油揚げ	人参 きゅうり・キャベツ 玉ねぎ	おにぎり
☆9	木	うの花炒め 夏野菜の味噌汁・フルーツ			豚肉・おから・卵・油揚げ かまぼこ・味噌・豆腐・わかめ	ごぼう・ねぎ・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・なす・パイン缶	菓子
10	金	豚肉のしょうが焼き マセドアンサラダ	すまし汁	じゃが芋 マヨドレ	豚肉	土生姜・人参・玉ねぎ キャベツ・しめじ・きゅうり	コーン フレーク
13	月	五目すいとん汁 ひじきの煮物		さつまいも 小麦粉	豚肉・豆腐・油揚げ・味噌 ちくわ・ひじき・高野豆腐・大豆	人参・玉ねぎ ねぎ・三度豆	菓子
☆14	火	八宝菜 中華サラダ	わかめスープ	片栗粉・春雨 ごま油・ごま	豚肉・かまぼこ ささみ	白菜・もやし・筍・土生姜・ピーマン 玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ	フライド ポテト
15	水	鯖のみそ煮・フルーツ 小松菜とツナの和え物	すまし汁	ごま	鯖・味噌・白味噌 ツナ	土生姜・ごぼう・小松菜・人参 キャベツ・たくあん・パイン缶	カレーパン
16	木	ポークビーンズ スパゲティサラダ	卵スープ	じゃが芋 スパゲティ・マヨドレ	豚肉 大豆	人参・玉ねぎ・ピーマン・コーン トマトピューレ・きゅうり・キャベツ	菓子
17	金	かみなり揚げ ブロッコリーのごま和え	味噌汁	小麦粉 ごま	豆腐・ひじき 鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・ねぎ・きゅうり しいたけ・ブロッコリー	わらびもち
21	火	八珍豆腐 春雨サラダ	中華スープ	片栗粉 春雨・ごま	豚肉・かまぼこ 豆腐	キャベツ・筍・ピーマン・人参 玉ねぎ・土生姜・きゅうり	いちご蒸しパン
22	水	ハンバーグ 温野菜	野菜スープ	パン粉 じゃが芋・ごま	豚ミンチ・牛ミンチ 牛乳	玉ねぎ・人参 ブロッコリー	菓子
23	木	☺ きんぴら・フルーツ チンゲン菜と豆腐のスープ		糸こんにゃく・ごま 春雨・片栗粉	牛肉・さつまいも揚げ 貝柱缶・豆腐	ごぼう・人参・れんこん・玉ねぎ 三度豆・チンゲン菜・バナナ	ツナカレー おにぎり
☆24	金	白身魚のフライ キャベツのサラダ きのこの味噌汁		小麦粉 パン粉	白身魚・卵 ツナ 味噌・豆腐	キャベツ・人参 コーン・白菜・えのき しめじ・玉ねぎ・ねぎ	ヨーグルト
27	月	かやくうどん かぼちゃの含め煮・じゃこの甘煮		うどん ごま	牛肉・かまぼこ・わかめ 油揚げ・ちりめんじゃこ	人参・玉ねぎ・白菜 ねぎ・かぼちゃ	菓子
☆28	火	☺ 鶏肉の照り焼き キャベツの梅じゃこサラダ	味噌汁	片栗粉 ごま	鶏肉・わかめ ちりめんじゃこ	キャベツ・人参 きゅうり・梅干し	お好み焼き
29	水	☺ 八宝汁 ししゃもの甘辛焼 キャベツの塩昆布和え			豆腐・豚肉 ししゃも 塩昆布	しめじ・白菜・玉ねぎ もやし・ねぎ キャベツ・人参・きゅうり	きなこ トースト
30	木	筑前煮 ☺ 野菜とウインナーの炒め物	すまし汁	こんにゃく じゃが芋	鶏肉・ちくわ ウインナー	れんこん・人参・ごぼう・筍 三度豆・玉ねぎ・ピーマン	菓子
31	金	☆おたんじょうびおめでと給食☆ トッピングカレー ブロッコリーのツナごま和え・フルーツ		米・じゃが芋 ルウ・ごま コロケ (乳児)	鶏肉・ウインナー ツナ ヒレカツ (幼児)	玉ねぎ・人参・りんご セロリ・にんにく・ねぎ ブロッコリー・コーン・きゅうり	

※行事、その他の都合により、献立や材料を変更することがありますのでご了承ください。