



7月予定献立表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

2026年7月 聖隷こども園桜ヶ丘

日 付	曜 日	ぎ ょう じ 行 事	こ ん だ て め い 献 立 名	おやつ		幼児		乳児	
				乳児・午前	乳幼児・午後	エネルギー kcal	脂質 g	エネルギー kcal	脂質 g
						たんぱく質g	塩分 g	たんぱく質g	塩分 g
1	すい水		ごはん 豚肉のバーベキュー炒め 南瓜の甘煮 みそ汁(青菜・油あげ) キウイ お茶	牛乳 バナナ	お茶・ビスケット フロゼンヨーグルト ※1	568 19.7	13.4 1.4	442 15.7	10.5 1.2
2	もく木		カレーうどん きゅうりの昆布和え トマト バナナ 牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 かぼちゃのおやき	624 22.7	20.1 1.8	547 21.1	18.7 1.5
3	きん金		とりごぼうごはん 魚の塩こうじ焼き ブロッコリーのごま酢和え みそ汁(じゃが芋・わかめ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 ホイップサンド	653 28.4	19.9 2.0	460 22.1	15.6 1.7
4	ど土		ピラフ 青梗菜スープ フルーツ とうもろこし 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	450 14.9	9.6 1.8	360 12.1	8.3 1.4
6	げつ月		ごはん 松風焼き ほうれん草のツナ和え みそ汁(もやし・わかめ) バナナ お茶	お茶 ビスケット	牛乳 マカロニきなこ	553 24.0	13.9 1.7	451 19.6	12.1 1.4
7	か火	たなばた七夕のつどい	七夕そうめん 鶏のから揚げ トマト パイン缶 お茶	お茶 せんべい	牛乳 七夕ゼリー・小魚 ※2	457 21.7	13.7 1.7	396 18.0	11.1 1.3
8	すい水		ごはん 回鍋肉 焼き南瓜 すまし汁(豆腐・にら) すいか お茶	お茶 チーズ	牛乳 ◎カレトースト	582 22.9	16.3 1.6	442 19.1	14.6 1.5
9	もく木		食パン 魚の香草パン粉焼き げんきサラダ 冬瓜スープ オレンジ 牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 五平餅	545 25.4	16.5 1.3	443 21.4	15.7 1.1
10	きん金		ごはん 厚揚げのソース焼き ナムル(青菜・もやし・人参) 豚汁 キウイ お茶	豆乳 バナナ	牛乳 ◎とうもろこし	530 19.6	20.3 1.7	495 18.9	20.1 1.5
11	ど土		おにぎり けんちん汁 フルーツ ゼリー お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	463 14.4	5.7 0.9	383 12.0	5.3 0.7
13	げつ月		ごはん 夏野菜と鶏肉のケチャップ甘酢 きゅうりのゆかり和え みそ汁(豆腐・しめじ) パイン缶 お茶	お茶 クラッカー	牛乳 ジャムパン	592 20.1	15.4 1.6	444 15.9	13.6 1.3
14	か火		ロールパン ハンバーグ パインサラダ もやしスープ オレンジ 牛乳	お茶 バナナ	豆乳 のりまき(乳児はおにぎり)	485 23.6	17.6 1.2	456 19.6	15.1 1.0
15	すい水		ごはん 魚のレモンだれ カラフルツナ和え みそ汁(キャベツ・わかめ) キウイ お茶	お茶 せんべい	牛乳 米粉のコーンクッキー	624 23.6	18.3 1.6	488 18.6	14.9 1.3
16	もく木		ひるぜん焼そば 南瓜サラダ 桃太郎トマト 鬼退治スープ バナナ 牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 桃太郎のももゼリー	566 19.6	21.3 2.0	500 18.6	19.6 1.7
17	きん金		ごはん ひじきと人参の卵焼き 胡瓜の中華和え じゃが芋と鮭のスープ すいか お茶	お茶 チーズ	牛乳 バナナ・ビスケット	627 22.3	16.9 1.2	496 18.9	15.0 1.2
18	ど土		ツナトマトスパゲティー コンソメスープ フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	474 16.9	14.0 1.6	412 14.5	12.4 1.3
20	げつ月	うみ 海の日				-	-	-	-
21	か火		豆乳パン 鶏肉の葱がらめ 切り干しナポリタン コーンスープ バナナ 牛乳	お茶 ビスケット	豆乳 ごまおはぎ	607 25.5	15.4 1.5	493 19.9	14.6 1.3
22	すい水		ごはん 煮魚 オクラの納豆和え みそ汁(じゃが芋・油あげ) キウイ お茶	豆乳 せんべい	牛乳 南瓜ようかん	528 23.1	14.3 1.6	465 21.0	14.6 1.4
23	もく木		塩ラーメン 青のりポテト トマトサラダ メロン 牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 ◎じゃこラスク	566 24.3	19.8 2.1	470 21.2	17.3 1.7
24	きん金	どよう 土用の丑の日メニュー	ひつまぶし ◎ごぼうと豚肉の甘辛煮 ◎とうもろこし みそ汁(豆腐・えのき) パイン缶 お茶	お茶 バナナ	牛乳 蒸しじゃがいもバジル焼き	531 20.2	14.4 1.6	441 16.6	11.9 1.3
25	ど土		ロールパン チキントマトシチュー フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	464 14.9	17.2 1.7	358 11.3	13.6 1.2
27	げつ月		ごはん 豚肉の生姜焼き 大根サラダ みそ汁(青菜・しめじ) パイン缶 お茶	お茶 チーズ	牛乳 ふたラスク(ココア味)	563 20.7	21.6 1.4	453 18.2	19.4 1.4
28	か火		食パン 鶏肉の海苔焼き 青梗菜の和え物 キャベツスープ オレンジ 牛乳	お茶 バナナ	豆乳 とうもろこしおにぎり	511 24.1	12.9 1.3	415 18.6	10.9 1.1
29	すい水		ごはん 焼き魚 ひじきの煮付け みそ汁(青菜・じゃが芋) バナナ お茶	お茶 クラッカー	牛乳 きな粉トースト	558 24.1	14.7 1.4	424 18.1	12.1 1.2
30	もく木		ごはん 鶏肉となすのみぞれ煮 トマト 春雨スープ キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	牛乳 野菜クラッカー	540 19.9	17.3 1.4	435 17.5	15.8 1.2
31	きん金	たんじょうかい 誕生会	たの お楽しみメニュー	お茶 せんべい	牛乳 ???	538 24.6	19.6 1.5	474 21.4	17.2 1.3

※1. 3についてはひよこ・あひる組月齢を考慮してはゼリー又はヨーグルトに変更致します。※2はせんべいに変更します。

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

◆お料理で全国制覇◆

今月の岡山県は桃太郎伝説の生まれたまちとして、伝説ゆかりの地がたくさんあります。

給食では桃太郎にちなんだメニューを提供します。「鬼退治スープ」には右の鬼に使われているお野菜が入っています。

何のお野菜が使われているかな?パクパク食べてみんなで鬼退治をしよう!!!

また、岡山県で有名な「ひるぜん焼そば」も提供します。鶏肉とキャベツの入ったみそベースの焼きそばです。

♪ おかやまうまいものうた ♪ *大坂うまいもの歌の替え歌です*

おかやまには うまいもんが いっぱいあるんだよー ひるぜんやきそば おいしいよ

おかやまには ゆうめいな えほんが あるんだよー ももからうまれた ももたろう

