

7月の献立予定表

2026 多伎こども園

月	火	水	木	金
 今月の予定 1日…カミカミ&健康メニュー 7日…ふるさと食の日 15日…誕生会 17日…終業式 ★リクエストメニュー★		1 ◎ カミカミ&健康メニュー 十六穀ごはん ししゃもの磯辺焼き カミカミれんこんサラダ 豆腐ときのこのすまし汁	2 ★カレーピラフ ★鶏のから揚げ ★トマトときゅうりのサラダ 青菜とコーンのスープ	3 パン 豚肉のパン粉焼き かぼちゃサラダ ミネストローネ
		米粉のブラウニー	フルーツヨーグルト	コーンおかかおにぎり
6 ★ごはん ★ステーキソース焼き ★キャベツとカニのサラダ 豆腐すまし汁	7 ◎ ふるさと食の日 むぎごはん あじの香味焼き ピーマンとじゃが芋のツナ和え なすとオクラのみそ汁	8 ★焼きそば ★八宝菜 ★オニオンスープ	9 ★オムライス ★豚肉と野菜の煮物 ★きのこのすまし汁 キャベツの納豆和え	10 ★パン ★マーボー豆腐 ★にんじんサラダ あさりの中華スープ
マカロニきなこ	七夕ゼリー	チャーハン	米粉クッキー	枝豆ゆかりごはん
13 むぎごはん さばのタンドリー なすのおかか浸し 洋風みそ汁	14 ★しょうゆラーメン ★豚肉となすのみそ炒め ★きゅうりのサラダ	15 ◎ 誕生会 チキンライス コールスローサラダ かぼちゃの甘煮 あさりとチンゲン菜のスープ	16 ★ごはん ★エビフライ ★きゅうりとささみの和え物 豆腐とわかめのすまし汁	17 ◎ 終業式 パン スペイン風オムレツ りっちゃんサラダ かぼちゃのスープ
豆乳もち	フルーツポンチ	バースデーケーキ	ココアビスコッティ	鮭おにぎり
20 ◎ 海の日 	21 ごはん 鶏肉のチリソースかけ もやしと人参のナムル 韓国風スープ バナナココア蒸しパン	22 ★ごはん ★鮭の塩焼き ★ブロッコリーの和え物 じゃが芋のすまし汁 カリカリトースト	23 むぎごはん 豚肉と野菜のカレー炒め きゅうりとカニの酢の物 なめこと油揚げのみそ汁 ほうれん草ケーキ	24 ★あんパン ★肉じゃが ★ブロッコリーサラダ あさりの豆乳スープ うなぎ混ぜごはん
27 むぎごはん 焼き豆腐のそぼろあんかけ オクラの梅和え 夏野菜豚汁	28 ★冷やしきつねうどん ★エビチリ ★トマトのサラダ	29 ごはん カレイの西京焼き キャベツのゆかり和え とうがんと油揚げのみそ汁	30 ★ごはん ★ホイコーロー ★きのこの和え物 卵豆腐汁	31 ★サンドウィッチ ★ポークソテー ★トマトスープ かぼちゃサラダ
クラッカーサンド	牛肉おにぎり	りんごケーキ	のりごまクッキー	菜飯おにぎり



今が旬の食材！

かぼちゃ・枝豆・トマト・オクラ・きゅうり
 ピーマン・なす・とうもろこし
 あじ・ぶどう・メロン・すいか など

- 毎日、デザートにフルーツがついています
- 毎日、牛乳を飲んでいきます
- 都合により、献立内容を変更することがあります

★★今月はぞう組さんの希望献立です★★

今年は1人ずつ主食・主菜・副菜を考えました！！

★印はぞう組さんの希望献立です

2日…しながわ あかねさん
 6日…やまもと あやかさん
 ん
 8日…みぎた じゅおさん
 9日…みたに ゆのさん
 10日…おおたに うみさん

16日…じんた えみかさん
 22日…ますもと ちなぎさ
 ん
 24日…おだ こうすけさん
 28日…やまおか れんさん
 30日…はやし ひいろさん

