

令和8年7月献立表

宮保育園

日付	献立名		日付	献立名	
	昼食	昼おやつ		昼食	昼おやつ
1 水	納豆ごはん おくら・じゃこ・ごま じゃが芋のうま煮 みそ汁 大根 食べる煮干し 2歳児 以上児	手作り米粉のにんじんマ フィン 牛乳	16 木	ごはん 春雨のひき肉炒め ゆかり和え みそ汁 じゃがいも 食べる煮干し 2歳児 以上児	未満児：元気ソースせんべい やわらかげんこつ
2 木	ごはん 鮭の塩焼き 炒り豆腐 みそ汁 わかめ 食べる煮干し 2歳児 以上児	ミレービスケット 牛乳	17 金	ごはん さばの塩麴焼き モロヘイヤの納豆和え みそ汁 食べる煮干し 2歳児 以上児	きなこプリン
3 金	ごはん 白身魚の磯辺揚げ 切干大根の煮付け みそ汁 あおさ 食べる煮干し 2歳児 以上児 すいか	プリン	21 火	あぶ玉丼 小松菜とカリカリじゃこのお浸し みそ汁 食べる煮干し 2歳児 以上児	畑のスナック カレー味 ジョア 苺
6 月	カレーライス キャベツのツナサラダ 食べる煮干し 2歳児 以上児 メロン	セレクトお菓子 牛乳	22 水	なすミートスパゲティー かぼちゃサラダ 夏野菜スープ 食べる煮干し 2歳児 以上児	すいか
7 火	ごはん ししゃもフライ ひじきの煮付け 味噌けんちん汁 食べる煮干し 2歳児 以上児	未満児：日向夏ゼリー いちごシャーベット	23 木	ごはん 味噌カツ 付け野菜：キャベツ とうがん汁 食べる煮干し 2歳児 以上児	水族館クッキー 牛乳
8 水	天の川冷やし中華 星のコロッケ 食べる煮干し 2歳児 以上児 七夕ゼリー	有機米塩おにぎり	24 金	フレンチロール 乳・卵不使用 鶏肉のレモン煮 キャロットサラダ すくな南瓜のスープ 食べる煮干し 2歳児 以上児	2歳・以・職：みたらし団子 0.1才：お米でスイートポテト
9 木	ごはん 有機米 豚肉の生姜焼き ささげのおかかマヨ和え みそ汁 きゃべつ 食べる煮干し 2歳児 以上児	たまりせんべい	27 月	ゆかりごはん 高野豆腐の煮物 春雨の三杯酢 みそ汁 大根 食べる煮干し 2歳児 以上児	セレクトお菓子 牛乳
10 金	納豆ごはん 小松菜・じゃこ なすと豚肉の味噌炒め すまし汁 豆腐 食べる煮干し 2歳児 以上児	以・職：手作りわらび餅 未：フレンスクレープ いちご	28 火	ひじきの炊き込みご飯 揚げ出し豆腐 すまし汁 おくら 食べる煮干し 2歳児 以上児 すいか	星たべよ 未満児：ソフトせんべい
13 月	梅干しごはん 南瓜のそぼろあんかけ キャベツの甘酢あえ みそ汁 なめこ 食べる煮干し 2歳児 以上児	ふがし 未満児：しょうゆせんべい	29 水	麦ごはん 鯖の西京焼き 切干大根の和え物 みそ汁 なす 食べる煮干し 2歳児 以上児	フルーツポンチ
14 火	雑穀ごはん 鶏のごまみそ焼き ひじきと小松菜のマヨ和え 星のすまし汁 食べる煮干し 2歳児 以上児	牛乳 野菜ステック	30 木	納豆ごはん ねぎ れんこんハンバーグ みそ汁 かぼちゃ 食べる煮干し 2歳児 以上児	はとむぎおこし 未満児：豆乳クッキー 牛乳
15 水	五目うどん 乾麺 とうもろこしのかき揚げ 食べる煮干し 2歳児 以上児 有機バナナ	わかめおにぎり	31 金	わかめごはん 飛騨牛とごぼうの炒め煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 切干大根 食べる煮干し 2歳児 以上児	フルーチェ いちご



7月24日 給食で提供する麺の動画配信をします。