

☆☆☆☆ 7月の献立表 ☆☆☆☆

2026年度 多治見市 保育幼稚園課

にち	ようび	午前おやつ	おひるごはん	午後おやつ	未満児		以上児	
					エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)
1	水	むらさきいもせんべい	ご飯 さわらの竜田揚げ 小松菜のごま和え なすの味噌汁	フルーツあんみつ 牛乳	462	1.3	498	1.4
2	木	赤ちゃんせんべい	わかめご飯 厚揚げの煮付け キャベツの酢の物 吸い物	とうもろこし米粉蒸しパン 牛乳	430	1.7	500	2.0
3	金	バナナ	たじみそば モロッコ豆と大豆のサラダ 冬瓜の中華スープ	ライ麦クッキー 牛乳	532	1.5	588	1.8
4	土		クロワッサン 牛乳		276	0.4	276	0.4
5	日							
6	月	おこめせん	ご飯 鶏肉のくわ焼き マセドアンサラダ 味噌汁	フルーツかん 牛乳	458	1.2	500	1.4
7	火	鉄しおせん	七夕寿司 卵豆腐の天の川かけ 友禅和え 小玉すいか	(以)メロンアイス (未)国産もちゼリー 牛乳	422	1.5	508	1.6
8	水	メロン	ご飯 さけの米パン粉焼き 鉄人サラダ 夏野菜スープ	お麩の-snackきな粉味 牛乳	474	1.2	509	1.4
9	木	赤ちゃんせんべい	冷やしうどん ししゃも焼き 新れんこんのサラダ バナナ	キャラット米粉蒸しパン 牛乳	483	2.0	554	2.6
10	金	むらさきいもせんべい	キッズピビンバ 胡瓜と春雨の酢の物 豆腐とニラの中華スープ	ちんすこう 牛乳	457	1.7	521	1.9
11	土		クロワッサン 牛乳		276	0.4	276	0.4
12	日							
13	月	おこめせん	ピラフ ブロッコリーと米粉マカロニのサラダ トマトのスープ	レーズンバー 牛乳	431	1.5	492	1.8
14	火	オレンジ	ご飯 マーボー茄子 もやしの華風和え 豆腐の中華スープ	米粉のカップケーキ 牛乳	464	1.5	512	1.8
15	水	赤ちゃんせんべい	ご飯 ちくわの磯部揚げ 土佐酢和え 切干大根の味噌汁	南瓜ようかん 牛乳	450	1.3	495	1.4
16	木	むらさきいもせんべい	ご飯 チキンカレー フレンチサラダ メロン	パンのかりんとう 牛乳	530	1.5	607	1.6
17	金	鉄塩せん	冷やし中華 南瓜と大豆のサラダ すいか	(以)豆乳アイス (未)ぶどうゼリー 牛乳	443	2.6	513	3.1
18	土		クロワッサン 牛乳		276	0.4	276	0.4
19	日							
20	月		海の日					
21	火	おこめせん	ナポリタンスパゲティー にんじんサラダ コンソメスープ	フルーツポンチ 牛乳	382	1.8	428	2.2
22	水	バナナ	ご飯 さわらの甘酢かけ ひじきとれんこんの炒め煮 吸い物	お麩の-snackシナモン味 牛乳	472	1.6	481	1.8
23	木	赤ちゃんせんべい	ゆかりご飯 いわしのフライ 大根の和風サラダ 味噌汁	黒糖米粉蒸しパン 牛乳	536	1.8	589	2.1
24	金	むらさきいもせんべい	ご飯 カレーマーボー豆腐 キャベツのナムル メロン	スノーボールクッキー 牛乳	496	1.4	567	1.6
25	土		クロワッサン 牛乳		276	0.4	276	0.4
26	日							
27	月	おこめせん	菜めしご飯 厚揚げのおろしかけ ごぼうサラダ 冬瓜汁	チーズポンデ 牛乳	473	1.6	553	2.0
28	火	むらさきいもせんべい	ジャージャー麺 ツナとおくらの和え物 すいか	ヨーグルト 牛乳	436	2.1	476	2.4
29	水	鉄しおせん	ご飯 さばのカレー焼き なすとピーマンの焼浸し 味噌汁	米粉マカロニのみたらし風 牛乳	489	1.7	532	1.8
30	木	赤ちゃんせんべい	ご飯 さけのプロバンス風 ブロッコリーと大根のサラダ コンソメスープ	れんこんチップス 牛乳	403	1.5	442	1.6
31	金	バナナ	ご飯 けいちゃん かぼちゃの土佐和え 吸い物	とうもろこし 牛乳	434	1.2	478	1.5

*都合により献立を変更する場合があります。
*旭ヶ丘こども園は8日と9日の献立を入替えます。

旬の食べ物

- 1日 なすの味噌汁、フルーツあんみつ
- 3日 モロッコ豆と大豆のサラダ、冬瓜の中華スープ
- 7日 小玉すいか
- 8日 夏野菜スープ
- 9日 新れんこんのサラダ
- 13日 トマトのスープ
- 14日 マーボ茄子
- 16日 メロン
- 17日 冷やし中華、すいか
- 28日 ジャージャー麺、ツナとおくらの和え物、すいか
- 29日 なすとピーマンの焼浸し
- 31日 とうもろこし

七夕献立

- 7日 七夕寿司
- 卵豆腐の天の川かけ
- 友禅和え
- 小玉すいか



たじみ健康ハッピーブランイメージキャラクター
バックン