

※アレルギー疾患のお子さまには除去食を提供しています
 ※食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります
 ☆10時のおかしは素材や内容に配慮したサンワールドのおかしを使用しています

2026年7月献立表

認定こども園 田口保育園

日	曜	昼食献立名	10時おやつ (未満児)	材料(昼食・おやつ) ※アレルギー品目			3時おやつ	
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1	水	さつま鶏飯(卵・鶏) きゅうりのカリカリ漬け バナナ(バナナ)	おせんべい	米、ホットケーキ粉、三温糖	牛乳、卵、鶏肉、かつお節	バナナ、ごま、きゅうり、だいこん、干しいたけ、万能ねぎ、焼きのり	牛乳 抹茶風蒸しパン	
2	木	ご飯 白身魚のチーズ衣揚げ 中華風サラダ もずくとうす揚げの味噌汁	おにぎり	米、小麦粉、油、三温糖、ごま油	鯛、豚肉、麦みそ、うす揚げ、いわし、粉チーズ、もずく、こんぶ	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん	オレンジ	
3	金	ご飯 ポークビーンズ(卵) きゅうりとわかめの酢の物 法蓮草とたまごスープ(卵・鶏)	オレンジ	米、じゃがいも、菓子、砂糖	牛乳、卵、大豆、ベーコン、わかめ	きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、ほうれんそう、ごま	牛乳 お菓子	
4	土	ご飯 豚肉と南瓜の甘酢炒め 冬瓜の味噌汁 バナナ(バナナ)	ビスケット	米、菓子、三温糖、油	豚肉、麦みそ、いわし、こんぶ	バナナ、かぼちゃ、たまねぎ、とうがん、にんじん	お菓子	
6	月	ご飯 豚肉と厚揚げのオイスター炒め(鶏) トマトの大葉風味(鶏) かまぼこのすまし汁(卵)	チーズ	米、ポップコーン、ドレッシング、油	牛乳、厚揚げ、豚肉、かまぼこ、いわし、かつお節、こんぶ	トマト、にんじん、たまねぎ、ねぎ、しそ	牛乳 ポップコーン	
7	火	星型ごはん 夏野菜のキーマカレー フレンチサラダ お星さま寒天	おせんべい	米、三温糖、オリーブ油、油	豚肉	すいか、オレンジ果汁、キャベツ、トマト、たまねぎ、にんじん、きゅうり、寒天、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン	すいか	
8	水	ご飯 すり身の落とし揚げカレー風味 ところてんサラダ(卵) きのこスープ(鶏)	おにぎり	米、片栗粉、氷砂糖、中ざら糖、油、三温糖	牛乳、卵、白身魚すり身、いんげんまめ、焼き豆腐、ハム	ところてん、きゅうり、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、にんじん、コーン、グリーンピース、しょうが	牛乳 煮豆	
9	木	ご飯 豚肉と豆腐のくずあん煮 トマトサラダ(鶏) じゃがいもの味噌汁	バナナ	食パン、米、じゃがいも、マヨネーズ、三温糖	牛乳、木綿豆腐、豚肉、チーズ、麦みそ、しらす干し、いわし(煮干し)、ほしのり、こんぶ、あおのり	トマト、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン、ごま、干しいたけ	牛乳 じゃこチースト(卵)	
10	金	ご飯 魚のケチャップ炒め もやしのナムル(卵) コーンスープ(鶏)	おにぎり	米、ホットケーキ粉、三温糖、ごま油	牛乳、豆乳、さば、ハム	クリームコーン、もやし、きゅうり、にんじん	牛乳 ホットケーキ	
11	土	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き(鶏) 茄子とベーコンのマヨ和え(卵) 白菜のすまし汁	オレンジ	米、菓子、マヨネーズ、片栗粉	鶏肉、卵、ベーコン、いわし(煮干し)、こんぶ	なす、はくさい、えのきたけ、にんじん、マーマレード	お菓子	
13	月	おにぎり 親子うどん(鶏)(卵) 大豆ちりめんじゃこの甘辛煮	ビスケット	うどん、米、片栗粉、油	ヨーグルト、卵、大豆、鶏肉、しらす干し、かつお節、こんぶ	バナナ、たまねぎ、みかん、パイナップル、にんじん、ねぎ	フルーツヨーグルト(バナナ)	
14	火	ご飯 魚の南蛮漬け ほうれん草のおかか和え 南瓜とうす揚げの味噌汁	おにぎり	米、小麦粉、三温糖、油、砂糖	牛乳、さけ、麦みそ、うす揚げ、いわし、かつお節、こんぶ	ぶどう果汁、ほうれんそう、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマン、寒天	牛乳 ぶどう寒天	
15	水	ロールパン(卵) 鶏肉とトマトのスパゲティ(鶏) 枝豆 チャウダースープ(卵)(鶏)	オレンジ	米、じゃがいも、ロールパン、スパゲティ、油	牛乳、鶏肉、ベーコン、こんぶ佃煮	えだまめ、トマト、たまねぎ、キャベツ、にんじん	麦茶 昆布おにぎり	
16	木	ご飯 煮魚・オレンジ 春雨の酢の物(卵) かき卵汁(卵)	おせんべい	米、ホットケーキ粉、はるさめ、三温糖	牛乳、豆乳、たら、卵、餃子、いわし、ハム、こんぶ	オレンジ、きゅうり、にんじん、ねぎ、ごま、しょうが	牛乳 あんまん風蒸しパン	
17	金	ご飯 肉じゃが カミカミサラダ(卵) きのこの味噌汁	おにぎり	米、じゃがいも、菓子、マヨネーズ、三温糖	牛乳、牛肉、大豆、麦みそ、いわし、しらす干し、こんぶ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、えのきたけ、こんにゃく、しめじ	牛乳 お菓子	
18	土	ご飯 八宝菜(鶏) 汁ビーフン(鶏) バナナ(バナナ)	ビスケット	米、ビーフン、菓子、油	豚肉	バナナ、はくさい、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、きくらげ	お菓子	
20	月	海の日						
21	火	ご飯 白身魚のフライ・タルタルソース(卵) じゃがいもの酢の物(卵) コンソメスープ(鶏)	おにぎり	米、じゃがいも、はるさめ、マヨネーズ、パン粉、小麦粉、油、三温糖、ごま油	卵、白身魚、ハム	オレンジ、きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ごま	オレンジ	
22	水	ご飯 鶏肉と大豆の照り煮(鶏) 小松菜とコーンの和え物 なめこの味噌汁	おせんべい	米、片栗粉、三温糖、砂糖	鶏肉、大豆、麦みそ、いわし、こんぶ	こまつな、たまねぎ、にんじん、なめこ、コーン	アイス	
23	木	ご飯 魚の葱味噌焼き 野菜のソテー もずくのすまし汁	チーズ	米、マカロニ、砂糖、三温糖、油	牛乳、さわら、米みそ、きな粉、いわし、こんぶ、もずく	キャベツ、たまねぎ、ねぎ、にんじん	牛乳 マカロニきな粉	
24	金	☆夏祭りメニュー☆ 焼きそば(卵) フライドポテト	ウエハース	フライドポテト、焼きそばめん、砂糖、油	牛乳、豚肉、かまぼこ、あおのり	りんご果汁、りんご、キャベツ、にんじん、たまねぎ、寒天	牛乳 りんごゼリー	
25	土	愛情弁当の日						お弁当のご準備をよろしくお願いいたします
27	月	食パン スパニッシュオムレツ(卵) キャベツのコーン煮(鶏) オニオンスープ(鶏)	ビスケット	米、食パン、じゃがいも、油	牛乳、卵、さけ、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、コーン、ほうれんそう	麦茶 鮭おにぎり	
28	火	ご飯 魚の幽庵焼き 南瓜サラダ(卵) 豆腐の味噌汁	おにぎり	フライドポテト、米、さつまいも、マヨネーズ、油	牛乳、豆腐、さわら、麦みそ、いわし、あおのり、こんぶ	かぼちゃ、きゅうり、ねぎ、干しぶどう	牛乳 青のりポテト	
29	水	ご飯 タレ付けからあげ(鶏) ポテトサラダ(卵) キラキラスープ(鶏)	おせんべい	米、じゃがいも、マヨネーズ、小麦粉、砂糖、油	牛乳、鶏肉、かつお節、こんぶ	バナナ、みかん、にんじん、もも、だいこん、きゅうり、たまねぎ、寒天	牛乳 お星さまフルーツポンチ(バナナ)	
30	木	ご飯 鶏肉のてりたま丼(卵) きゅうりのゆかり和え キャベツと人参の味噌汁	オレンジ	米、片栗粉、三温糖	ヨーグルト、卵、鶏肉、麦みそ、いわし、こんぶ	きゅうり、キャベツ、にんじん、たまねぎ、ねぎ	ヨーグルト	
31	金	ご飯 魚の炊き合わせ にんじんサラダ(卵) ワカメのすまし汁	おにぎり	米、じゃがいも、マヨネーズ、三温糖	揚げ、鶏肉、たら、いわし、わかめ、こんぶ	すいか、にんじん、たまねぎ、コーン	すいか	

トマト・きゅうり・なすを育てる・収穫する・味わう／きく組
 園の畑で育て収穫したトマト・きゅうり・なす。野菜の成長を喜び、自分たちで育てた野菜を味わうことで、食べ物への興味や感謝の気持ちを育む食育活動となりました。また、素材の味を知るために茹でただけのなすと旨煮や、なすときゅうりの塩もみを食べ比べました。味や食感の違いを感じながら味わうことで、野菜本来の味や、調理によって味わいが変わることに気づく機会となりました。



みんなできゅうりと塩をもみもみ♪

採れたて野菜を給食室へお届け!

朝食にもおすすめ♥大人気おやつ「きな粉ラスク」♥

- (材料)
 食パン2枚/きな粉大さじ2杯/湯大さじ1杯/砂糖大さじ2杯/バター30g
 (作り方)
 1. きな粉と湯は混ぜてペーストにする
 2. ボウルにバター・砂糖・①を加えてペーストを作る
 3. パンに②をぬりオーブントースターで3〜5分ほど焼いて出来上がり♪
 ☆バターはあらかじめ常温に出しておくと混ぜやすいです
 (またマーガリンで作る場合は湯は使わないで作れます)

