

7月行事・献立予定

令和8年度

あさひ保育園

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	水		御飯 揚げ餃子 レタスのドレッシングサラダ ベーコンスープ パナナ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 レタス きゅうり 人参 ツナ 玉ねぎ 人参 ベーコン にら パナナ	豆乳 塩せんべい	牛乳 ビスケット ブルーノ
2	木	身体測定	御飯 キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう 豆腐スープ パイン	米 キャベツ 豚肉 パプリカ ねぎ にんにく 生姜 ごぼう 豆腐 小松菜 ねぎ パイン	牛乳 ポーロ	牛乳 フレンチトースト
3	金	一年生との交流会 布団持ち帰り	御飯 レバーの中華漬け 野菜のドレッシングサラダ なすの味噌汁 パナナ	米 豚レバー きゅうり 人参 コーン レタス なす 玉ねぎ 油揚げ パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 マシュマロサンド
4	土				牛乳 ビスケット	
6	月	生活安全指導	御飯 焼き魚 納豆和え きのこの味噌汁 オレンジ	米 鮭 納豆 小松菜 人参 切干大根 ひじき 玉ねぎ 人参 えのき しめじ ねぎ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 黒ごまラスク
7	火	七夕祭り	御飯 いろどりソーメン お星さまコロッケ パプリカの味噌炒め メロン	米 そうめん きゅうり 人参 もやし しいたけ 卵 じゃが芋 豚肉 鶏肉 玉ねぎ 赤黄パプリカ 豚肉 メロン	牛乳 野菜かりんとう	天の川ゼリー カルシウムウエハース
8	水		御飯 鶏肉のにんにく醤油煮 添え菜 刻み昆布の煮物 かぼちゃのコンソメスープ オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ にんにく レタス 刻み昆布 人参 しいたけ 油揚げ いんげん かぼちゃ 人参 玉ねぎ オレンジ	ヨーグルト	牛乳 フライドポテト
9	木		御飯 鯖の揚げ漬け風 キャベツの和え物 もやしの味噌汁 パナナ	米 鯖 キャベツ きゅうり 人参 もやし 小松菜 人参 パナナ	牛乳 米菓子	牛乳 わらび餅風ゼリー
10	金	夏まつり	そうめんパフェ から揚げ ブロッコリーサラダ フライドポテト とうもろこし オレンジ	そうめん 人参 きゅうり おくら 卵 鶏肉 ブロッコリー じゃが芋 とうもろこし オレンジ	りんごジュース	すいか
11	土				牛乳 せんべい	
13	月	交通安全指導	御飯 ほうれん草とベーコンのスパゲティ ブロッコリーの梅おかか和え にら玉スープ グレープフルーツ	米 スパゲティ 玉ねぎ ベーコン なす 人参 法蓮草 にんにく ブロッコリー 梅 かつお節 にら 玉ねぎ えのき 卵 グレープフルーツ	豆乳 ポーロ	牛乳 黒糖蒸しパン
14	火	参加日	御飯 なすのおペラ風 りっちゃんサラダ もずくのすまし汁 パイン	米 豚肉 鶏肉 玉ねぎ にんにく トマト なす チーズ きゅうり キャベツ トマト 人参 ハム コーン 刻み昆布 かつお 節 もずく ねぎ 卵 パイン	牛乳 サンドビスケット	クレープ
15	水	こしき保育所との年長児 交流会（サッカー教室）	御飯 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ 鮭のすまし汁 パナナ	米 鶏肉 生姜 にんにく マカロニ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 玉ねぎ えのきたけ 人参 小松菜 鮭 ねぎ パナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 バターサンド
16	木	川遊び（そう・きり ん）	御飯 ハヤシライス ブロッコリーサラダ チーズ パイン	米 牛肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 しめじ コーン パセリ ブロッコリー 人参 レタス きゅうり チーズ パイン	ヨーグルト	牛乳 みかんゼリー
17	金	食育の日 布団持ち帰り	★鳥取名産とうふちくわ入り中華丼 ごぼうの胡麻風味サラダ チーズ オレンジ	米 とうふちくわ 豚肉 玉ねぎ 人参 たけのこ チンゲン菜 コーン ごぼう きゅうり ひじき 人参 ごま かつお節 チーズ オレンジ	牛乳 せんべい	牛乳 ★カレー風味 ホットケーキ
18	土				牛乳 ビスケット	
21	火		御飯 冷やし中華 しゅうまい ボイルブロッコリー お魚ふりかけ オレンジ	米 中華麺 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 ごま 豚肉 玉ねぎ 筍 ねぎ しいたけ 生姜 ブロッコリー 小魚 のり ごま オレンジ	ヨーグルト	焼きおにぎり
22	水	収穫祭（カレクッキ ング）	御飯 野菜カレー トマトときゅうりのサラダ チーズ パナナ	米 鶏肉 じゃが芋 かぼちゃ なす 玉ねぎ ビーマン トマト きゅうり ハム チーズ パナナ	オレンジゼリー	牛乳 かりんとう
23	木	誕生会	おめでとうランチ	米 しらす 青菜 スパゲティ 豚肉 生姜 ブロッコリー キャベツ 人参 ハム きゅうり コーン すいか	飲むヨーグルト	プリンアラモード
24	金	布団持ち帰り	御飯 冷しゃぶ たらこじゃが芋 卵とわかめの味噌汁 パイン	米 豚肉 きゅうり レタス トマト パプリカ たらこ じゃが芋 玉ねぎ 卵 わかめ 人参 ねぎ パイン	牛乳 パナナ	牛乳 せんべい
25	土				牛乳 塩せんべい	
27	月		御飯 ラーメン ブロッコリーのツナサラダ 小魚の佃煮 パナナ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ ブロッコリー ツナ コーン 小魚 ごま パナナ	牛乳 クッキー	ホワイトボンチ
28	火	避難訓練	御飯 鮭のパン粉焼き 切干大根の煮物 モロヘイヤスープ メロン	米 鮭 パセリ 切干大根 人参 いんげん 油揚げ モロヘイヤ 玉ねぎ しめじ ベーコン メロン	牛乳 クラッカー	アイスクリーム
29	水		御飯 コーンフレークチキン ほうれん草のしらす和え じゃが芋の味噌汁 パナナ	米 鶏肉 コーンフレーク ほうれん草 もやし しらす かつお節 人参 玉ねぎ じゃが芋 パナナ	牛乳 ポップコーン	豆乳 塩せんべい
30	木		御飯 関東煮 はりはり漬け 冬瓜の味噌汁 オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 じゃが芋 人参 切干大根 人参 小松菜 ごま 玉ねぎ わかめ ねぎ 冬瓜 オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 パンプキンジャムクラッカー
31	金	布団持ち帰り	御飯 コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ パナナ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ キャベツ ハム コーン チーズ きゅうり 人参 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 甘辛せんべい

おめでとうランチ・・・おにぎり スパソテー かりん揚げ ボイル野菜のドレッシングサラダ ゆでとうもろこし すいか

今月の果物は、グレープフルーツ・パナナ・メロン・パイン・すいか・オレンジを予定しています。

都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。