

7月行事・献立予定

令和8年度

こしき保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	水	プール開き 安全指導週間 岸中職場体験 (6/30~7/3)	御飯 肉団子の甘辛煮 レタスのドレッシングサラダ 野菜スープ オレンジ	米 豚肉 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり 人参 ツナ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 オレンジ	豆乳 塩せんべい	牛乳 ビスケット
2	木	プール指導 (きりん)	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 マッシュマロサンド
3	金	B&Gプール指導 (そう) 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 かみかみ小魚
4	土				リンゴジュース せんべい	オレンジジュース 米菓子
6	月		御飯 焼き魚 納豆和え きのこの味噌汁 パイン	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 パイン	牛乳 せんべい	牛乳 クラッカー
7	火	七夕の集い	御飯 いろいろソーメン お星さまコロッケ パプリカの味噌炒め オレンジ	米 そうめん きゅうり 人参 もやし 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 オレンジ	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	身体測定 (以上児)	御飯 鶏肉のんにく醤油焼き 刻み昆布の煮物 かぼちゃのコンソメスープ パイン	米 鶏肉 玉ねぎ にんにく 刻み昆布 人参 ししいたけ 油揚げ いんげん かぼちゃ 人参 玉ねぎ パイン	ヨーグルト	牛乳 フライドポテト
9	木	身体測定 (未満児) おはなしの森	御飯 キッズマーボー ブロッコリーの中華漬け ほうれん草のすまし汁 オレンジ	米 豆腐 豚肉 納豆 玉ねぎ 人参 ねぎ 生姜 ブロッコリー こま 玉ねぎ にんじん ほうれん草 えのき オレンジ	牛乳 ウエハース	牛乳 黒糖蒸しパン
10	金	プール指導 (ばんだ) 布団持ち帰り	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 ロールパン	豆乳 かみかみラスク
11	土				オレンジジュース 米菓子	リンゴジュース せんべい
13	月		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 いら玉スープ パナナ	米 スパゲティ 玉ねぎ ベーコン なす 人参 ほうれん草 にんにく ブロッコリー 梅 かつお節 いら 玉ねぎ えのき 卵 パナナ	豆乳 ポーロ	牛乳 かりんとう
14	火	プール指導 (きりん)	御飯 関東煮 はりはり漬け 冬瓜のすまし汁 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 こま 玉ねぎ わかめ ねぎ 冬瓜 オレンジ	フルーツゼリー	牛乳 パンフキンジャムクラッカー
15	水	年長児交流会 (そう)	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 せんべい
16	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
17	金	プール指導 (ばんだ) 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 こま 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				リンゴジュース せんべい	オレンジジュース 米菓子
21	火		御飯 冷やし中華 しゅうまい ボイルブロッコリー お魚のりかけ オレンジ	米 中華麺 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 こま 豚肉 玉ねぎ 葱 ねぎ ししいたけ 生姜 ブロッコリー 小魚 のり こま オレンジ	牛乳 米菓子	おにぎり
22	水		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	牛乳 ジャムサンド
23	木	夏まつり クッキング (そう)	御飯 カレーライス ブロッコリーサラダ チーズ すいか	米 鶏肉 じゃが芋 かぼちゃ なす 玉ねぎ ビーマン ブロッコリー 人参 レタス きゅうり チーズ すいか	ヨーグルト	リンゴジュース ビスケット
24	金	布団持ち帰り	御飯 冷しゃぶ たらこじゃが芋 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 わかめ 人参 ねぎ パイン	牛乳 パナナ	牛乳 かみかみせんべい
25	土				オレンジジュース 米菓子	リンゴジュース 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 こま パナナ	牛乳 クッキー	ホワイトボンチ
28	火	避難訓練 (地震)	御飯 鮭のパン粉焼き 切干大根の煮物 モロヘイヤスープ オレンジ	米 鮭 バセリ 切干大根 人参 いんげん 油揚げ モロヘイヤ 玉ねぎ しめじ オレンジ	牛乳 クラッカー	アイスクリーム
29	水		御飯 豚肉のバーベキューソース 根菜の煮物 トマトのスープ パナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン りんご ケチャップ しょうゆ 大根 人参 ごぼう しめじ 鶏肉 いんげん トマト ベーコン 玉ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 コーンマヨトースト
30	木		御飯 鶏肉の照り煮 マカロニサラダ 葱のすまし汁 パイン	米 鶏肉 マカロニ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 玉ねぎ 人参 小松菜 葱 ねぎ パイン	牛乳 ポーロ	牛乳 みかんゼリー
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 オレンジ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 卵 キャベツ ハム コーン チーズ きゅうり 人参 しめじ えのきたけ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 かみかみビスケット

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

今月の果物はバナナ・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。