



令和8年7月

除去食

日曜	午前	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	水	飲み物 せんべい ごはん 鶏と野菜の甘辛炒め ひじきのマヨサラダ みそ汁(ほうれんそう) オレンジ	飲み物 おかかおにぎり	鶏むね・みそ かつお削り節	せんべい・米・米粉 調合油・いり白ごま 上白糖・マヨドレ	たまねぎ・にんじん・グリビース ひじき・コーン・ほうれんそう オレンジ	飲み物・しょうゆ・料理酒 食塩・だし・みりん
2	木	飲み物 せんべい チャーハン 大根とツナのナムル スープ(チンゲンサイ・しめじ) マスカットゼリー	飲み物 のり塩ポテト	豚ひき肉・ツナ	せんべい・米・ごま油 上白糖・マスカットゼリー じゃがいも・調合油	たまねぎ・コーン・大根 にんじん・チンゲンサイ ぶなめじ・青のり	飲み物・鶏ガラスープ顆粒 しょうゆ・穀物酢・水・食塩
3	金	飲み物 せんべい ごはん 鶏肉のから揚げ キャベツとトマトの甘酢和え みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) パイナップル缶	飲み物 レーズンケーキ	鶏むね・みそ・調整豆乳	せんべい・米・かたくり粉 調合油・上白糖 じゃがいも・米粉	キャベツ・トマト・たまねぎ パイナップル缶・干しぶどう	飲み物・しょうゆ おろしにんにく おろししょうが・穀物酢 食塩・だし・ベーキングパウダー
4	土	飲み物 せんべい 切干大根入りそぼろ丼 ポテトサラダ みそ汁(こまつな・わかめ) ラフランスゼリー	飲み物 しらすおにぎり	鶏ひき肉・みそ・しらす干し かつお削り節	せんべい・米・ごま油 上白糖・かたくり粉 じゃがいも・マヨドレ ラフランスゼリー いり白ごま	切干し大根・グリビース・にんじん きゅうり・こまつな・カットわかめ	飲み物・水・しょうゆ おろししょうが・食塩・だし みりん
6	月	飲み物 せんべい ごはん 麻婆豆腐 キャベツのツナ和え 中華スープ(たまねぎ・わかめ) オレンジ	飲み物 プレーンケーキ	木綿豆腐・豚ひき肉・みそ ツナ・調整豆乳	せんべい・米・ごま油 上白糖・かたくり粉・米粉 調合油	たまねぎ・キャベツ・にんじん カットわかめ・オレンジ	飲み物・水・しょうゆ 穀物酢・鶏ガラスープ顆粒 食塩・ベーキングパウダー
7	火	飲み物 せんべい 天の川そぼろ丼 コンソメポット 七夕のキラキラスープ ピーチゼリー	飲み物 セタゼリー	鶏ひき肉・調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・じゃがいも 普通春雨・ピーチゼリー	たまねぎ・にんじん さやいんげん・コーン オクラスライス・粉寒天 パイナップル缶	飲み物・しょうゆ・ブイヨン だし・みりん・食塩・水
8	水	飲み物 せんべい ごはん 豚肉のスタミナ炒め 野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ・油揚げ) デザート	飲み物 プレーンケーキ	豚小間・油揚げ・みそ 調整豆乳	せんべい・米 ごま油・じゃがいも・調合油 上白糖・デザート・米粉 かたくり粉	たまねぎ・にんじん・グリビース	飲み物・おろししょうが おろしにんにく・しょうゆ みりん・だし・食塩 ベーキングパウダー
9	木	飲み物 せんべい ごはん さわらのみそ焼き ブロッコリーの甘辛こま和え すまし汁(かぼちゃ・こまつな) オレンジ	飲み物 豆腐ドーナツ	さわり・みそ・絹ごし豆腐 きな粉	せんべい・米・調合油 いり白ごま・上白糖・ごま油 米粉	ブロッコリー・にんじん・かぼちゃ こまつな・オレンジ	飲み物・料理酒・みりん しょうゆ・だし・食塩 ベーキングパウダー
10	金	飲み物 せんべい 鶏ときのこの炊き込みごはん トマトと大根のピクルス スープ(キャベツ・コーン) パイナップル缶	飲み物 カミカミおにぎり	鶏むね	せんべい・米・調合油 上白糖・いり白ごま	たまねぎ・ぶなめじ・トマト 大根・キャベツ・コーン パイナップル缶・切干し大根 にんじん	飲み物・しょうゆ・みりん 食塩・穀物酢・水・ブイヨン だし・料理酒
11	土	飲み物 せんべい ピラフ ツナマヨひじき スープ(じゃがいも・にんじん) りんごゼリー	飲み物 コーン蒸しパン	豚ひき肉・ツナ・調整豆乳	せんべい・米・調合油 マヨドレ・じゃがいも りんごゼリー・米粉・上白糖	たまねぎ・にんじん・ひじき チンゲンサイ・コーン	飲み物・ブイヨン・食塩 しょうゆ・水 ベーキングパウダー
13	月	飲み物 せんべい ハヤシライス かぼちゃサラダ スープ(大根・にんじん) パイナップル缶	飲み物 ホットケーキ(ブルーベリージャム)	豚小間・調整豆乳	せんべい・米・調合油 米粉・上白糖・マヨドレ ブルーベリージャム	たまねぎ・にんじん・かぼちゃ グリビース・大根 パイナップル缶	飲み物・水・ブイヨン トマトケチャップ・ウスターソース 食塩・ベーキングパウダー
14	火	飲み物 せんべい ごはん ポテトオープン焼き ツナのサラダ みそ汁(わかめ) マスカットゼリー	飲み物 黒糖豆乳寒天	皮なしベーコン・ツナ みそ・調整豆乳	せんべい・米・じゃがいも 調合油・上白糖 マスカットゼリー・黒砂糖	たまねぎ・にんじん カットわかめ・粉寒天	飲み物・食塩・トマトケチャップ 穀物酢・しょうゆ・だし・水
15	水	飲み物 せんべい ごはん チキンカツ こまつなのソテー かぼちゃスープ オレンジ	飲み物 にんじんおにぎり	鶏もも・調整豆乳	せんべい・米・米粉 コーンフレーク・調合油 いり白ごま	こまつな・たまねぎ・にんじん かぼちゃ・オレンジ	飲み物・食塩・水 中濃ソース・ブイヨン・料理酒 しょうゆ・だし
16	木	飲み物 せんべい ごはん 豆腐ハンバーグ きゅうりの酢の物 みそ汁(キャベツ・にんじん) パイナップル缶	飲み物 茹でとうもろこし	豚ひき肉・木綿豆腐・みそ	せんべい・米・調合油 かたくり粉・上白糖	たまねぎ・きゅうり・カットわかめ キャベツ・にんじん パイナップル缶・とうもろこし	飲み物・食塩・しょうゆ みりん・穀物酢・だし
17	金	飲み物 せんべい ごはん ムケツカ ブロッコリーのレモンマリネ スープ(ほうれんそう・コーン) デザート	飲み物 ボンデケーキ風	たら・調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・デザート・米粉 かたくり粉	たまねぎ・ピーマン・トマト水煮 ブロッコリー・にんじん レモン果汁・ほうれんそう コーン	飲み物・食塩・水 おろしにんにく・ブイヨン
18	土	飲み物 せんべい 切干大根入りそぼろ丼 ポテトサラダ みそ汁(こまつな・わかめ) ラフランスゼリー	飲み物 しらすおにぎり	鶏ひき肉・みそ・しらす干し かつお削り節	せんべい・米・ごま油 上白糖・かたくり粉 じゃがいも・マヨドレ ラフランスゼリー いり白ごま	切干し大根・グリビース・にんじん きゅうり・こまつな・カットわかめ	飲み物・水・しょうゆ おろししょうが・食塩・だし みりん



令和8年7月

除去食

日曜	午前	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
20月	飲み物 せんべい	ごはん 麻婆豆腐 キャベツのツナ和え 中華スープ(たまねぎ・わかめ) オレンジ	飲み物 にんじんケーキ	木綿豆腐・豚ひき肉・みそ ツナ・調整豆乳	せんべい・米・ごま油 上白糖・かたくり粉・米粉 調合油	たまねぎ・キャベツ・にんじん カットわかめ・オレンジ	飲み物・水・しょうゆ 穀物酢・鶏ガラスープ顆粒 食塩・ベーキングパウダー
21火	飲み物 せんべい	鶏のそぼろ丼 コンソメポテト すまし汁(オクラ・にんじん) ピーチゼリー	飲み物 豆腐ドーナツ	鶏ひき肉・絹ごし豆腐 きな粉	せんべい・米・調合油 上白糖・じゃがいも ピーチゼリー・米粉	たまねぎ・にんじん・コーン さやいんげん・オクラスライス	飲み物・しょうゆ・ブイヨン だし・食塩・ベーキングパウダー
22水	飲み物 せんべい	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 野菜の煮物 みそ汁(たまねぎ・油揚げ) パイナップル缶	飲み物 プレーンケーキ	豚小間・油揚げ・みそ 調整豆乳	せんべい・米 ごま油・じゃがいも・調合油 上白糖・米粉・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース パイナップル缶	飲み物・おろししょうが おろしにんにく・しょうゆ みりん・だし・食塩 ベーキングパウダー
23木	飲み物 せんべい	ごはん さわらのみそ焼き アロココの甘辛ごま和え すまし汁(かぼちゃ・こまつな) オレンジ	飲み物 レーズンケーキ	さわら・みそ・調整豆乳	せんべい・米・調合油 いり白ごま・上白糖・ごま油 米粉	ブロッコリー・にんじん・かぼちゃ こまつな・オレンジ・干しぶどう	飲み物・料理酒・みりん しょうゆ・だし・食塩 ベーキングパウダー
24金	飲み物 せんべい	鶏ときのこの炊き込みごはん トマトと大根のピクルス スープ(キャベツ・コーン) デザート	飲み物 カミカミおにぎり	鶏むね	せんべい・米・調合油 上白糖・デザート いり白ごま	たまねぎ・ぶなしめじ・トマト 大根・キャベツ・コーン 切干大根・にんじん	飲み物・しょうゆ・みりん 食塩・穀物酢・水・ブイヨン だし・料理酒
25土	飲み物 せんべい	ピラフ ツナマヨひじき スープ(じゃがいも・にんじん) りんごゼリー	飲み物 コーン蒸しパン	豚ひき肉・ツナ・調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・デザート りんごゼリー・米粉・上白糖	たまねぎ・にんじん・ひじき チンゲンサイ・コーン	飲み物・ブイヨン・食塩 しょうゆ・水 ベーキングパウダー
27月	飲み物 せんべい	ハヤシライス かぼちゃサラダ スープ(大根・にんじん) パイナップル缶	飲み物 ホットケーキ(ブルーベリージャム)	豚小間・調整豆乳	せんべい・米・調合油 米粉・上白糖・マヨドレ ブルーベリージャム	たまねぎ・にんじん・かぼちゃ グリーンピース・大根 パイナップル缶	飲み物・水・ブイヨン トマトケチャップ・ウスターソース 食塩・ベーキングパウダー
28火	飲み物 せんべい	ごはん ポテトオーブン焼き ツナのサラダ みそ汁(わかめ) マスカットゼリー	飲み物 黒糖豆乳寒天	皮なしビー Weiner・ツナ みそ・調整豆乳	せんべい・米・じゃがいも 調合油・上白糖 マスカットゼリー・黒砂糖	たまねぎ・にんじん カットわかめ・粉寒天	飲み物・食塩・トマトケチャップ 穀物酢・しょうゆ・だし・水
29水	飲み物 せんべい	ごはん チキンカツ こまつなのソテー かぼちゃスープ オレンジ	飲み物 にんじんおにぎり	鶏もも・調整豆乳	せんべい・米・米粉 コーンフレーク・調合油 いり白ごま	こまつな・たまねぎ・にんじん かぼちゃ・オレンジ	飲み物・食塩・水 中濃ソース・ブイヨン・料理酒 しょうゆ・だし
30木	飲み物 せんべい	ごはん 豆腐ハンバーグ きゅうりの酢の物 みそ汁(キャベツ・にんじん) パイナップル缶	飲み物 きな粉ケーキ	豚ひき肉・木綿豆腐・みそ 調整豆乳・きな粉	せんべい・米・調合油 かたくり粉・上白糖・米粉	たまねぎ・きゅうり・カットわかめ キャベツ・にんじん パイナップル缶	飲み物・食塩・しょうゆ みりん・穀物酢・だし ベーキングパウダー
31金	飲み物 せんべい	ごはん ムケツカ ブロッコリーのレモンマリネ スープ(ほうれんそう・コーン) デザート	飲み物 ボンデケーキヨ風	たら・調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・デザート・米粉 かたくり粉	たまねぎ・ピーマン・トマト水煮 ブロッコリー・にんじん レモン果汁・ほうれんそう コーン	飲み物・食塩・水 おろしにんにく・ブイヨン
誕生日	飲み物 せんべい	ひまわりミートごはん ほうれんそうのソテー スープ(キャベツ・にんじん) マスカットゼリー	飲み物 パイナップルケーキ	豚ひき肉 調整豆乳	せんべい・米 調合油・上白糖 マヨドレ マスカットゼリー 米粉	たまねぎ・にんじん さやいんげん ほうれんそう・コーン キャベツ パイナップル缶	飲み物・カレー粉 水・食塩 トマトケチャップ 中濃ソース・ブイヨン ベーキングパウダー

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅で試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。  
 ※都合により献立・食材を変更することがあります。