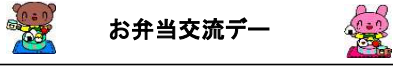





予定献立表

認定こども園 根岸保育園

🌟新メニュー 🍷手作りおやつ

令和 8年 7月

	献立名	離乳食	材 料 名	お や つ	
1 水	福神漬 トマトサラダ メロン ハヤシライス 大根スープ	レタスと人参のスープ煮 大根とほうれん草のだし煮	福神漬 サラダ菜 レタス トマト メロン 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 大根 豚肉 ほうれん草	前 後	ヤクルト 牛乳 レーズンパン
2 木	厚焼玉子 春雨の酢の物 桃ゼリー なめ苺ご飯 いんげんの味噌汁	いんげんのスープ煮 マッシュポテト	鶏卵 春雨 きゅうり ハム 人参 桃ゼリー なめ苺 ツナ缶 いんげん じゃが芋 油揚げ	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 🌟バナナチョコパンケーキ🍷
3 金	ズッキーニミートソースパスタ 冷しゃぶサラダ クロワッサン わかめえのきスープ パイン缶	パスタのミルク煮 豚肉と人参のだし煮	スパゲッティ ズッキーニ ミートソース 豚肉 レタス クロワッサン わかめ えのき 人参 パイン缶	前 後	牛乳 ヨーグルト お煎餅
4 土	 お弁当交流デー 			前 後	牛乳 麦茶 お菓子
6 月	焼魚(ほっけ) 切干大根煮 パナナ 白ごはん しめじの味噌汁 味のり	トロトロ豆腐 人参のだし煮	ほっけ 切干大根 人参 ちくわ パナナ しめじ 木綿豆腐 長葱 味のり	前 後	牛乳 牛乳 アップルデニッシュパン
7 火	納豆ボール 小松菜のしらす和え 洋梨缶 塩昆布炊き込みご飯 磯香汁	小松菜としらすのだし煮 わかめのミルク煮	納豆 挽肉 長葱 小松菜 キャベツ しらす 洋梨缶 塩昆布 ツナ缶 イカ あさり えび わかめ	前 後	飲むヨーグルト かき氷 🍷
8 水	福神漬 パリパリラーメンサラダ パイン チキンカレーライス モロヘイヤスープ	しらすと人参のスープ煮 鶏肉とモロヘイヤのミルク煮	福神漬 レタス きゅうり ベビースターラーメン パイン 鶏肉 人参 玉葱 じゃが芋 モロヘイヤ しらす 鶏卵	前 後	ヤクルト 牛乳 煮豆蒸しパン 🍷
9 木	麻婆茄子 もやしの酢の物 すいか 白ごはん 中華スープ	オニオンスープ煮 もやしと人参のミルク煮	茄子 ビーマン 挽肉 もやし ハム きゅうり すいか 鶏肉 人参 玉葱 干し椎茸 絹ごし豆腐 鶏卵	前 後	牛乳 麦茶 とうもろこし 🍷
10 金	ホキフライ ブロッコリーサラダ メロン 🌟かぼちゃパン コーンスープ	トマトスープ煮 ホキのだし煮	ホキ パン粉 小麦粉 ブロッコリー メロン かぼちゃパン コーンクリーム 牛乳 粒コーン	前 後	牛乳 りんごJ スマイルポテト 🍷
11 土	さつま芋天 ちくわ天 きゅうりの酢の物 うどん汁 パナナ	トロトロさつま芋 ほうれん草のミルク煮	さつま芋 天ぷら粉 ちくわ きゅうり わかめ カニカマ うどん 鶏肉 ほうれん草 長葱 パナナ	前 後	牛乳 麦茶 お菓子
13 月	豚の生姜焼き ひじきサラダ パイン缶 白ごはん 長芋の味噌汁	鶏肉とワカメのだし煮 キャベツのミルク煮	豚肉 生姜 ひじき キャベツ きゅうり 鶏肉 パイン缶 長芋 ワカメ 長葱	前 後	牛乳 野菜J クリームパン
14 火	(お誕生会) 星型ハンバーグ 🌟 ツナマヨサラダ わかめおにぎり 天の川そうめん セタゼリー	トロトロそうめん ツナとわかめのだし煮	星型ハンバーグ マヨネーズ ツナ きゅうり わかめ そうめん オクラ セタゼリー	前 後	飲むヨーグルト ガリガリ君カップアイス お煎餅
15 水	福神漬 コールスローサラダ メロン ビーフカレーライス セロリスープ	玉葱と人参のだし煮 キャベツとセロリのスープ煮	福神漬 キャベツ きゅうり ハム 粒コーン メロン 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 セロリ 鶏卵	前 後	ヤクルト 牛乳 黒糖パン
16 木	青椒肉絲 棒棒鶏サラダ すいか 白ごはん 白菜の味噌汁	白菜のトロトロ煮 鶏肉とキャベツのスープ煮	ピーマン 豚肉 たけのこ 鶏肉 キャベツ すいか 白菜 人参 油揚げ	前 後	牛乳 カルピスポンチ 🍷
17 金	ナポリタン グリーンサラダ パナナ ジャムサンド ポトフ	ブロッコリーのミルク煮 マッシュポテト	ハム 玉葱 ケチャップ レタス ブロッコリー パナナ 食パン 苺ジャム 人参 キャベツ じゃが芋 ウインナー	前 後	牛乳 麦茶 とうもろこし 🍷
18 土	南瓜コロッケ 豆腐サラダ 味噌ラーメン メロン	トロトロ豆腐 もやしと人参のだし煮	南瓜コロッケ 木綿豆腐 レタス きゅうり トマト 中華麺 ニラ もやし 人参 なたと メロン	前 後	牛乳 麦茶 お菓子
20 月	祝 海の日				
21 火	鶏肉のさっぱり煮 いんげんと人参のおかか和え メロン なめ苺ご飯 ちくわの味噌汁	いんげんのスープ煮 小松菜のミルク煮	鶏肉 うずら卵 人参 いんげん かつお節 メロン なめ苺 ツナ缶 ちくわ 油揚 小松菜	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 原宿ドック
22 水	福神漬 フルーツヨーグルト ポークカレーライス たっぷりコーンスープ	オニオンスープ煮 人参と豚肉のミルク煮	福神漬 ヨーグルト みかん缶 チェリー缶 豚肉 人参 玉葱 じゃが芋 鶏肉 鶏卵 粒コーン	前 後	ヤクルト 牛乳 アメリカンドック 🍷
23 木	酢豚 豆苗ナムル パイン 白ごはん 海鮮サンド	もやしのだし煮 ピーマンのミルク煮	豚肉 人参 ビーマン 玉葱 もやし きゅうり パイン あさり イカ えび ニラ 木綿豆腐 鶏卵	前 後	牛乳 ジョア 豆腐ドーナツ 🍷
24 金	鮭のマヨネーズ焼き 海藻サラダ メロン 牛乳パン オクラスープ	レタスと人参のスープ煮 玉葱のミルク煮	鮭 粒コーン マヨネーズ 海藻 レタス きゅうり メロン 牛乳パン オクラ 玉葱 鶏卵 えのき 人参	前 後	牛乳 りんごゼリー お煎餅
25 土	海老焼売 ほうれん草のごま和え 冷やしラーメン パナナ	ほうれん草のスープ煮 きゅうりのだし煮	海老焼売 ほうれん草 白ごま 中華麺 鶏卵 きゅうり チェリー缶 パナナ	前 後	牛乳 麦茶 お菓子
27 月	きゅうりとセロリの酢の物 メロン 親子丼 キャベツの味噌汁	小松菜と玉葱のだし煮 鶏肉とわかめのミルク煮	きゅうり セロリ わかめ メロン 鶏肉 玉葱 鶏卵 小松菜 干椎茸 キャベツ 人参	前 後	牛乳 アイスクリーム お煎餅
28 火	魚の野菜あんかけ いんげんの胡麻和え 白ごはん ニラの味噌汁 パイン缶	いんげんのスープ煮 トロトロ豆腐	タラ 玉葱 人参 キャベツ えのき いんげん ニラ 木綿豆腐 鶏卵 パイン缶	前 後	飲むヨーグルト 牛乳 ジャムサンド 🍷
29 水	福神漬 りんごカスタード 星の王子様カレーライス エビ団子スープ	人参のスープ煮 玉葱のミルク煮	福神漬 りんご缶 チェリー缶 鶏卵 牛乳 小麦粉 人参 玉葱 じゃが芋 あさり エビ団子 干椎茸	前 後	ヤクルト 麦茶 とうもろこし 🍷
30 木	小松菜のもやし和え たくあん すいか 牛丼 茄子の味噌汁	小松菜ともやしのスープ煮 人参とキャベツのミルク煮	小松菜 もやし 人参 かつお節 たくあん すいか 牛肉 玉葱 しらたき キャベツ 油揚げ	前 後	牛乳 アイスクリーム お煎餅
31 金	鶏肉のケチャップ煮 コーンサラダ パナナ ハムサンド マカロニスープ	鶏肉と玉葱のだし煮 トロトロマカロニ	鶏肉 ケチャップ 玉葱 粒コーン レタス パナナ ハム 食パン マーガリン マカロニ ベーコン 人参	前 後	牛乳 ぶどうゼリー お煎餅
1 土	メンチカツ 生野菜 ひやむぎ メロン	レタスのミルク煮 トロトロひやむぎ	メンチカツ レタス きゅうり ひやむぎ チェリー缶 刻み海苔 メロン	前 後	牛乳 麦茶 お菓子

今月の平均カロリー 479kcal 平均たんぱく質 18.0g 平均脂質 16.1g 平均ナトリウム 1.8g