

7月の献立表

2026年 黒木保育園

曜日	献立名	主な材料	朝未満児 おやつ	おやつ
1(水)	ひやしうどん・ぽてとサラダ・すいか	・鶏肉・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・油揚げ・わかめ・ねぎ ・うどん麺・卵・じゃが芋・きゅうり・コーン・ハム・小麦粉	くらっかー	☆おこのみやき
2(木)	むぎごはん・さばのてりやき にんぴーきんぴら・きゃべつのみそしる・すいか	・さば・生姜・人参・ピーマン・油揚げ・こんにゃく・ごぼう・ごま ・キャベツ・もやし・玉ねぎ・わかめ・ねぎ	くっきー	せんべい
3(金)	(くっきんぐ) やさいたっぷりかれー きゃべつにあますあえ・ふるーちえ	・豚肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・なす・ピーマン ・トマト・キャベツ・きゅうり・コーン・わかめ・牛乳	うえはーす	☆じゃこまよ とーすと
4(土)	やきそば・わかめみそしる・ばなな	・豚肉・中華麺・人参・玉ねぎ・もやし・かまぼこ・ちくわ・ねぎ ・きゃべつ・わかめ・えのき・油揚げ・バナナ	せんべい	えびせん
6(月)	はやしらいす とまつなサラダ・ふるーつぽんち	・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・えのき・しめじ・ピース・トマト ・ツナ缶・きゃべつ・わかめ・きゅうり・バナナ・フルーツ缶	うえはーす	みるく すていっくばん
7(火)	むぎごはん・ひじきのかきあげ きゅうりのサラダ・そうめんじる・きうい	・ひじき・じゃが芋・人参・玉ねぎ・ピーマン・しめじ・卵・小麦粉 ・片栗粉・きゅうり・きゃべつ・そうめん・油揚げ・わかめ・ねぎ	えびせん	☆ぶりん
8(水)	すばげていなぼりたん・ころころぽてと ベーコンすーぷ・すいか	・ウインナー・スパ麺・トマト缶・人参・玉ねぎ・ピーマン・なす ・えのき・しめじ・じゃが芋・ベーコン・キャベツ・もやし・わかめ	くっきー	☆ほっとけーき
9(木)	むぎごはん・さかなのぴーまよやき きりぼしだいこんのごまあえ・なすのすましじる	・赤魚・人参・ピーマン・卵・切干大根・キャベツ・きゅうり・ごま ・ハム・コーン・なす・玉ねぎ・油揚げ・わかめ・ねぎ	くらっかー	うえはーす
10(金)	はむとちーずのさんど・あげだいずのサラダ にくだんごすーぷ・きうい	・ハム・チーズ・大豆水煮・きゃべつ・きゅうり・人参・卵・春雨 ・鶏ひき肉・えのき・しめじ・わかめ・ねぎ	せんべい	むぎちゃ ☆やきおにぎり
11(土)	ちゃんぽん・すていっくちーず・ばなな	・豚肉・中華麺・人参・玉ねぎ・もやし・かまぼこ・ちくわ・ねぎ ・きゃべつ・えのき・しめじ・チーズ・バナナ	うえはーす	べじたべる
13(月)	きんぱふうまぜごはん・もずくすーぷ ばなな	・合挽き肉・人参・高野豆腐・きゅうり・コーン・チーズ・のり ・ごま・にんにく・もずく・玉ねぎ・豆腐・ねぎ	べじたべる	みるく ばーむくーへん
14(火)	むぎごはん・とりにくのてりやき そくせきづけ・じゃがいもみそしる	・鶏肉・にんにく・きゅうり・人参・きゃべつ・トマト・塩昆布 ・じゃが芋・玉ねぎ・もやし・油揚げ・えのき・ねぎ・ぜりーの素	びすけっと	☆ぜりー
15(水)	ひやしちゅうか・ころころぽてと すいか	・中華麺・きゅうり・卵・ハム・トマト・ごま・じゃが芋・玉ねぎ ・ベーコン・人参・枝豆・コーン・ミックス粉・牛乳・バター	せんべい	☆まふいん
16(木)	むぎごはん・あかうおのたつたあげ おくらのおかかあえ・なすのみそしる・すいか	・赤魚・生姜・片栗粉・小麦粉・オクラ・人参・きゅうり・コーン ・きゃべつ・わかめ・なす・もやし・えのき・油揚げ・ねぎ	えびせん	せんべい
17(金)	ろーるばん・かぼちゃのきっしゅ・すいか きりぼしだいこんのサラダ・えのもやすーぷ	・ベーコン・かぼちゃ・人参・玉ねぎ・ピーマン・卵・チーズ・ねぎ ・切干大根・キャベツ・きゅうり・コーン・えのき・もやし・わかめ	くらっかー	☆うめごはん
18(土)	やきうどん・あげのみそしる・ばなな ※20日(月)うみのひ	・豚肉・うどん麺・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・もやし・ねぎ ・きゃべつ・かまぼこ・ちくわ・油揚げ・わかめ・バナナ	はーべすと	おにぎり せんべい
21(火)	むぎごはん・ひじきころっけ きゃべつのサラダ・ふのみそしる	・合挽き肉・人参・玉ねぎ・じゃが芋・ひじき・パン粉・卵・小麦粉 ・きゃべつ・きゅうり・コーン・ふ・えのき・油揚げ・ねぎ	くっきー	☆ばなな こーんふれーく
22(水)	なすいりみーとすばげてい・あげだいずのあまに かぼちゃのみそしる・すいか	・合挽き肉・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・なす・トマト・スパ麺 ・大豆水煮・キャベツ・かぼちゃ・油揚げ・ねぎ・ミックス粉・牛乳	びすけっと	☆むしばん
23(木)	むぎごはん・さかなのうめまよやき ごまどれサラダ・なすのみそしる・すいか	・赤魚・練り梅・ねぎ・キャベツ・きゅうり・人参・わかめ・トマト ・なす・玉ねぎ・もやし・油揚げ・ねぎ	せんべい	くっきー
24(金)	しょくばん・じゃむ・とうふはんばーぐ きゅうり・ぐだくさんすーぷ・きうい	・鶏ひき肉・豆腐・人参・玉ねぎ・しめじ・卵・パン粉・きゅうり ・コーン・きゃべつ・えのき・わかめ・ねぎ・油揚げ・ゆかり	くらっかー	むぎちゃ ☆ゆかりおにぎり
25(土)	ひやしごもくうどん・ちーずぽてと・ばなな	・鶏肉・人参・玉ねぎ・えのき・しめじ・わかめ・油揚げ・うどん麺 ・ねぎ・じゃが芋・チーズ・青のり・バナナ	うえはーす	さっぼろぽてと
27(月)	まーぼーとうふどん・ちゅうかサラダ たまごすーぷ・きうい	・豚挽き肉・人参・豆腐・ねぎ・なす・生姜・春雨・きゅうり・卵 ・トマト・きゃべつ・ワカメ・玉ねぎ・ピース	せんべい	みるく びすけっと
28(火)	むぎごはん・みーとぼーる とまとサラダ・かぼちゃのすーぷ	・合挽き肉・人参・玉ねぎ・しめじ・豆腐・卵・パン粉・トマト ・キャベツ・きゅうり・かぼちゃ・油揚げ・えのき・もやし・ねぎ	びすけっと	☆ぜりー
29(水)	なすのわふうすばげてい・つなサラダ わかめすーぷ・すいか	・ベーコン・人参・玉ねぎ・ピーマン・えのき・しめじ・なす ・スパ麺・のり・ツナ缶・キャベツ・きゅうり・わかめ・ねぎ	くっきー	☆らすく
30(木)	むぎごはん・さかなのかれーまよやき きゅうりのサラダ・とうふのみそしる・すいか	・赤魚・カレー粉・ねぎ・きゅうり・きゃべつ・ワカメ・コーン ・豆腐・油揚げ・人参・玉ねぎ・もやし・小松菜	はーべすと	せんべい
31(金)	あいじょうべんとうのひ		うえはーす	クッキー

※都合により献立や材料は変更になる場合があります。☆印は手作りおやつです。

★未満児の朝のおやつは毎日牛乳があります。午後のおやつは、ミルク・麦茶等の記載がない場合には牛乳があります。