

2026年

7月

給食献立表

くりくま保育園

		給食	材料	うさぎ~そう おやつ (材料)	ひよこ~りす おやつ (材料)
1	水	ごはん 鱧の天ぷら 添え揚げごぼう 冷やし冬瓜	白米 鱧 塩 薄力粉 菜種油 ごぼう 塩 菜種油 冬瓜 人参 油揚げ 土生姜 醤油 みりん	牛乳 コーンパン (薄力粉 塩 砂糖 チーズ 太白胡麻油 DE とうもろこし)	とうもろこし饅頭 (とうもろこし 上新粉) さくっとあられ
2	木 16	ごはん 牛肉のマリネ 茄子の土佐和え	白米 牛肉 ピーマン 玉葱 トマト 砂糖 塩 コショウ 醤油 米酢 オリーブ油 茄子 花かつお 醤油 削り節	牛乳 テラウェア つぶせんべい	かぼちゃもち (かぼちゃ 片栗粉) テラウェア
3	金 17	梅しそ豚しゃぶうどん かぼちゃの煮物	うどん 豚肉 胡瓜 もやし トマト モロヘイヤ わかめ 梅干し 大葉 醤油 みりん 削り節 かぼちゃ 醤油 みりん 削り節	お茶 だしがらおにぎり (白米 だしがら 醤油 砂糖) 返りちりめん	蒸しじゃが (じゃが芋) 干しブルー
4	土 18	ごはん 鶏肉と白菜の重ね蒸し キャベツの胡麻和え	白米 鶏肉 白菜 生椎茸 白葱 油揚げ つきこん 醤油 削り節 キャベツ アスパラガス 白胡麻 砂糖 醤油	牛乳 ミニゼリー 花せんべい	むらさき芋せんべい ベビースティック
6	月	ごはん 豚肉のコーン蒸し オクラの磯和え	白米 豚ミンチ おから 玉葱 とうもろこし ピーマン 干し椎茸 土生姜 塩 醤油 片栗粉 オクラ えのき もやし 焼きのり 醤油	牛乳 ボンデケーキ (じゃが芋 片栗粉 豆腐 砂糖 塩 チーズ)	かぼちゃ団子 (かぼちゃ 上新粉) さくっとあられ
7	火 21	ごはん 鶏肉の竜田揚げ マセドアンサラダ	白米 鶏肉 土生姜 醤油 片栗粉 菜種油 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 パプリカ モロッコいんげん 砂糖 塩 コショウ 米酢 オリーブ油	牛乳 すいか 星せんべい	じゃが芋もち (じゃが芋 片栗粉) すいか
8	水 22	鯛めし 蒸しとうもろこし 青菜の煮浸し	白米 鯛 塩 醤油 みりん 削り節 とうもろこし 小松菜 厚揚げ もやし 人参 しめじ 醤油 削り節	牛乳 きびかるかん (長芋 上新粉 BP きび砂糖) ミニゼリー	きんとん (さつま芋 長芋) 干しブルー
9	木 23	ごはん あらめ煮 長芋の梅肉和え	白米 牛肉 あらめ 玉葱 人参 三度豆 干し椎茸 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 削り節 長芋 梅干し 焼きのり みりん	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ きな粉 砂糖) チーズ	蓮根のおやき (蓮根 片栗粉 塩) むらさき芋せんべい
10	金 24	ごはん 鶏肉の香り焼き 夏野菜の炊き合わせ	白米 鶏肉 にんにく 土生姜 醤油 みりん 高野豆腐 かぼちゃ 人参 玉葱 茄子 三度豆 砂糖 醤油 みりん 削り節	牛乳 りんごゼリー (りんご 砂糖 寒天) 桂川	人参団子 (人参 上新粉) りんご
11	土 25	ごはん 牛肉の時雨煮 青のりポテト	白米 牛肉 蓮根 ごぼう 人参 糸こん 三度豆 土生姜 砂糖 醤油 みりん 削り節 じゃが芋 青のり 塩	牛乳 きらす揚げ 恐竜クッキー	さくっとあられ ベビースティック
13	月 27	ごはん 豚肉と春雨の炒め物 キャベツのじゃこ和え	白米 豚肉 春雨 青梗菜 玉葱 人参 塩 コショウ 醤油 菜種油 キャベツ たら ちりめんじゃこ 醤油	牛乳 焼き芋 干しブルー	人参おにぎり (白米 人参 塩) 干しブルー
14	火 28	ごはん カレー鶏じゃが 千草和え	白米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 つきこん 三度豆 砂糖 醤油 みりん カレー粉 削り節 小松菜 もやし えのき 醤油	牛乳 マーマレード蒸しパン (米粉 砂糖 BP 米酢 太白胡麻油 豆乳 マーマレード)	かるかん (長芋 上新粉) 季節のみかん
15	水 29	ごはん さばのきじ焼き きんぴらごぼう	白米 鯖 青葱 土生姜 白胡麻 醤油 みりん ごぼう 蓮根 人参 三度豆 砂糖 醤油 みりん 菜種油	お茶 ヨーグルト おとうろ屋さんのビスケット	さつま芋もち (さつま芋 片栗粉) むらさき芋せんべい
	木 30	ごはん 豚肉のラタトゥイユ 千切り大根の甘酢漬	白米 豚肉 茄子 玉葱 パプリカ スズキニ しめじ トマト 三度豆 細切り昆布 花かつお 砂糖 塩 醤油 菜種油 千切り大根 砂糖 醤油 米酢	牛乳 芝麻開口笑 (薄力粉 卵 砂糖 BP 白胡麻 菜種油)	りんご蒸しパン (りんご 上新粉 黒糖 米酢) コーンせんべい
	金 31	牛肉と新生姜の混ぜご飯 中華胡瓜 豆腐のすまし汁	白米 牛肉 ごぼう 新生姜 砂糖 塩 醤油 胡瓜 砂糖 醤油 米酢 ごま油 豆腐 人参 冬瓜 しめじ オクラ 醤油 削り節	牛乳 みたらし団子 (白玉粉 上新粉 砂糖 醤油 片栗粉)	長芋のおやき (長芋 キャベツ 片栗粉 塩) 干しブルー

7月初おやつの「芝麻開口笑」は「チーマーカイカオシャオ」と読みます。

「芝麻」はごまという意味で、「開口笑」は中国料理(点心)の名前として有名で揚げた生地が割れて、口を開けて笑っているように見えるお菓子という意味です。