



献立表

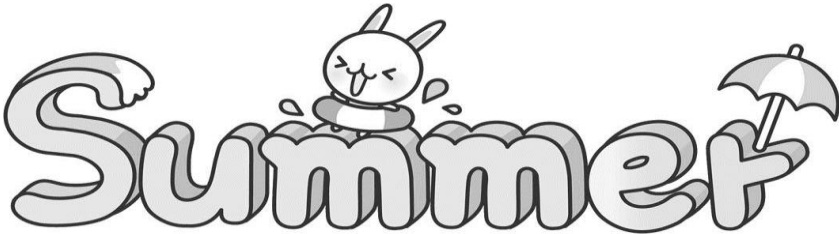
2026 西嶺保育園

★目標★
夏に旬な食材を食べ
丈夫な体をつくろう！
☆旬の食材☆
きゅうり・なす・かぼちゃ
おくら・万願寺・冬瓜
ピーマン・ズッキーニ

☆ お誕生日会 ☆
今月は
7（金）です

1日（土）
豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
市販菓子

3日（月）	4日（火）	5日（水）	6日（木）	7日（金）お誕生日会	8日（土）
にしんなす にしん なす	夏野菜のかきあげ ちくわ 人参 かぼちゃ ゴーヤ 小麦粉 片栗粉	厚揚げの中華炒め 厚揚げ 豚肉 玉ねぎ 人参 にんにく 片栗粉	麻婆丼 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ ニラ にんにく 生姜	油淋鶏 鶏肉 ねぎ にんにく 生姜 片栗粉 小麦粉 マロニーの中華和え マロニー ツナ もやし 人参 きゅうり	豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
のり和え もやし キャベツ ピーマン 人参 油揚げ 刻みのり	きゅうりの昆布和え きゅうり 塩昆布	野菜の梅おかか 人参 きゅうり キャベツ 梅干し かつお節		コンソメスープ 人参 玉ねぎ しめじ コーン	もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
切干大根の味噌汁 切干大根 人参 玉ねぎ	なすの赤だし なす 玉ねぎ	チンゲン菜の中華スープ チンゲン菜 人参 玉ねぎ	もやしの中華スープ もやし 人参 玉ねぎ	レモンケーキ 小麦粉 卵 コーンスターチ ベーキングパウダー レモン汁	市販菓子
あんホイップサンド 食パン あんこ ホイップ	ゆかりおにぎり ゆかり 米	イタリアンスパゲティ ズッキーニ ベーコン 玉ねぎ ピーマン トマト缶 にんにく パスタ	アロエヨーグルト アロエ缶 ヨーグルト	牛乳	
牛乳	牛乳	牛乳			
10日（月）	11日（火）	12日（水）	13日（木）	14日（金）お盆	15日（土）お盆
かに玉 卵 カニカマ 玉ねぎ		夏野菜カレー 豚肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ ズッキーニ なす カレールー	高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 卵 玉ねぎ 人参 グリーンピース	夏野菜のあんかけ丼 鶏ミンチ 万願寺 なす 人参 玉ねぎ 生姜 片栗粉	和風スパゲッティ アスパラガス しめじ ツナ ベーコン にんにく パスタ 刻み海苔
野菜炒め 人参 キャベツ もやし 玉ねぎ チンゲン菜 豚ミンチ	山の日	ひじきソテー ひじき 人参 ベーコン コーン	冬瓜と鶏肉の煮物 冬瓜 鶏肉 人参 生姜		
わかめの中華スープ わかめ 人参 玉ねぎ			かまぼこのすまし汁 かまぼこ 干し椎茸 ほうれん草	おぐらの味噌汁 おくら 玉ねぎ 油揚げ	コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
コーンのパンケーキ コーン ホットケーキミックス とろけるチーズ ハム		みかんゼリー ミカンジュース	おぐらのお好み焼き おくら キャベツ 豚肉 卵 天かす お好み焼き粉 青のり マヨネーズ	市販菓子	市販菓子
牛乳		牛乳	牛乳		
17日（月）	18日（火）	19日（水）	20日（木）	21日（金）	22日（土）
豚肉のカレーソテー 豚肉 玉ねぎ もやし	かに玉 卵 カニカマ 玉ねぎ	夏野菜のかきあげ ちくわ 人参 かぼちゃ ゴーヤ 小麦粉 片栗粉	厚揚げの中華炒め 厚揚げ 豚肉 玉ねぎ 人参 にんにく 片栗粉	油淋鶏 鶏肉 ねぎ にんにく 生姜 片栗粉 小麦粉 マロニーの中華和え マロニー ツナ もやし 人参 きゅうり	和風スパゲッティ アスパラガス しめじ ツナ ベーコン にんにく パスタ 刻み海苔
切干大根の煮びたし 切干大根 小松菜 人参 油揚げ	野菜炒め 人参 キャベツ もやし 玉ねぎ チンゲン菜 豚ミンチ	きゅうりの昆布和え きゅうり 塩昆布	野菜の梅おかか 人参 きゅうり キャベツ 梅干し かつお節	コンソメスープ 人参 玉ねぎ しめじ コーン	コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
おふの味噌汁 ふ 玉ねぎ わかめ	わかめの中華スープ わかめ 人参 玉ねぎ	なすの赤だし なす 玉ねぎ	チンゲン菜の中華スープ チンゲン菜 人参 玉ねぎ	豆乳トースト 豆乳 食パン	市販菓子
あんホイップサンド 食パン あんこ ホイップ	かぼちゃドーナツ かぼちゃ 小麦粉 卵	ゆかりおにぎり ゆかり 米	イタリアンスパゲティ ズッキーニ ベーコン 玉ねぎ ピーマン トマト缶 にんにく パスタ	牛乳	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
24日（月）	25日（火）	26日（水）	27日（木）	28日（金）	29日（土）
麻婆丼 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ ニラ にんにく 生姜	夏野菜カレー 豚肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ ズッキーニ なす カレールー	夏野菜のあんかけ丼 鶏ミンチ 万願寺 なす 人参 玉ねぎ 生姜 片栗粉	高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 卵 玉ねぎ 人参 グリーンピース	豚肉のカレーソテー 豚肉 玉ねぎ もやし	和風スパゲッティ アスパラガス しめじ ツナ ベーコン にんにく パスタ 刻み海苔
	ひじきソテー ひじき 人参 ベーコン コーン		冬瓜と鶏肉の煮物 冬瓜 鶏肉 人参 生姜	切干大根の煮びたし 切干大根 小松菜 人参 油揚げ	
もやしの中華スープ もやし 人参 玉ねぎ		おぐらの味噌汁 おくら 玉ねぎ 油揚げ	かまぼこのすまし汁 かまぼこ 干し椎茸 ほうれん草	おふの味噌汁 ふ 玉ねぎ わかめ	コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
市販菓子	みかんゼリー ミカンジュース	コーンのパンケーキ コーン ホットケーキミックス とろけるチーズ ハム	かぼちゃドーナツ かぼちゃ 小麦粉 卵	おぐらのお好み焼き おくら キャベツ 豚肉 卵 天かす お好み焼き粉 青のり マヨネーズ	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
31日（月）					
にしんなす にしん なす					
のり和え もやし キャベツ ピーマン 人参 油揚げ 刻みのり					
切干大根の味噌汁 切干大根 人参 玉ねぎ					
アロエヨーグルト アロエ缶 ヨーグルト					



※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください