

# 7月幼児給食献立表

令和8年度  
豊江町給食センター

日 曜	こんだてめい	ち・にく・ほねになるもの (あかいろ)	体の調子をとのえるもの (みどりいろ)	はたらく力になるもの (きいろ)	備考	おやつ
1 水	生乳 あじのバジルソースやき とりにく あべかわだんご	牛乳 あじ とりにく やきどうふ きなこ	バジル しもじゆ ほくさい にんじん ねぎ こんにやく	ごはん オリーブオイル しらだまだんご さとう		ぶどうヨーグルト (ぶどうゼリー)
2 木	生乳 たこめしのく えだまめコロケ とうかんじり	牛乳 たこ あぶらあげ こんぶ えだまめ たまねぎ とりにく かんてん	こんにやく みつば (ちさん) えだまめ たまねぎ とうかん (ちさん) にんじん ねぎ ほししいだけ	ごはん さとう あぶら あぶら じゃがいも さとう パンこ こむぎこ かたくりこ		スイートコーンおかし (アセロラゼリー)
3 金	生乳 コッペパン(乳煮) とりにく グリーンサラダ ミネストローネスープ	牛乳 ぎゅうにく ふたにく とりにく たまねぎ キャベツ とうみょう きゅうり たまねぎ こまつな (ちさん) にんじん スズキーニトマト たまねぎ バジル		コッペパン(乳煮) さとう かたくりこ パンこ オリーブオイル さとう アルファベットマカロニ オリーブオイル		あじせんべい (こつぶじゃがあられ) やさいとかしつじゅす (ピーチ)
4 土	いなりずし ひとくちゼリー (アセロラ)	あじつけあぶらあげ		ごはん あぶら ゼリー	七夕の会	パン・牛乳
<div data-bbox="231 474 735 563" data-label="Section-Header"> <h2>七夕そうめん</h2> </div> <div data-bbox="210 563 1386 742" data-label="Text"> <p>7月7日にそうめんを食べる風習は、平安時代から始まったとされ、「七夕にそうめんを食べると大病にかからない」と言われ広まりました。また、夏は食欲も落ちやすく、さっぱりしたそうめんは、胃にやさしく消化にも良いため、食べる習慣が定着しました。 今日の給食では、小麦を食べることのできない子でも食べられるように、米で作った麺「ビーフン」を使った七夕汁です。そうめんを食べるとき、麺だけ食べていると栄養バランスが心配！七夕汁のように野菜やお肉を汁に入れてみたり、冷たくいただくときも、胡瓜やハムなど一緒に食べると彩りもきれいでたんぱく質やビタミンを補うことができます。</p> </div> <div data-bbox="1407 474 1974 771" data-label="Image"> </div>						
5 日						
6 月	生乳 ごはんとおかしに ハムとキャベツのサラダ なすとかぼちゃのみそしる	牛乳 さば かつおぶし ハム とりにく とうふ わかめ みそ	キャベツ きゅうり あかピーマン かぼちゃ にんじん なす	ごはん マヨネーズ (卵なし)		ヨーグルトクレープ <乳卵不使用> (ミルクプリン)
7 火	生乳 ごはんとおかしに ひんぎのいために だなばたじり (卵除去食：有)	牛乳 ふたにく ひしき ツナ とりにく かたかまほこり うすらたまご (ちさん)	しょうが にんにく ゼリー (マスカット) とうもろこし こぼろ さやいんげん たまねぎ にんじん しめじ モロヘイヤ	ごはん かたくりこ こめ あぶら さとう さとう あぶら ビーフン		ぎゅうにゅうパン (米粉のまるいパン& りんごジャム)
8 水	生乳 ちゅうかめん とりにく まりほしパンパンジー てづくりアップルパイ	牛乳 やきふた さきみオイルつけ	にんじん ほくさい もやし ねぎ だけのこ まりほし だいこん きゅうり とうみょう りんご	ちゅうかめん さとう こめ パイきじ さとう		サラダせんべい (うずやきせんべい) くだものやさいの スムージー (お茶) カルテツほうれんそう ドーナツ
9 木	生乳 チキンピリヤニのぐ (乳除去食：有) オクラいりポドフ れいとうみかん	牛乳 とりにく ヨーグルト ふたにく ワインナー	マッシュルーム たまねぎ しょうが にんにく トマト だいこん オクラ にんじん たまねぎ れいとうみかん (ちさん)	ごはん シエルマカロニ じゃがいも あぶら		(こんぶあられ)
10 金	生乳 さつまいもパン わかづパンネ ソイシチューのつづみあげ フレッシュサラダ おにぎり (鮭)	牛乳 ふたにく とうふ とうにゅう みそ とりにく	にんにく たまねぎ にんじん しめじ ピーマン たまねぎ とうもろこし にんじん フロccoli キャベツ きゅうり とうもろこし	ごはん さつまいもパン ペンネ オリーブオイル かたくりこ あぶら さとう こむぎこ こめ あぶら さとう	誕生会	果肉入りオレンジゼリー
11 土	おにぎり (鮭) ひとくちゼリー (洋ナシ)	さけ のり		ごはん あぶら ゼリー		パン・牛乳
13 月	生乳 ごはんとおかしに やきにく ちゅうかサラダ えびだんごスープ	牛乳 ふたにく ツナ えび たら おきあみ とりにく わかめ こんぶ	にんにく きくらげ ねぎ きゅうり えだまめ にんじん ほくさい ほししいだけ たまねぎ	ごはん こまあぶら さとう でんぶんめん さとう こまあぶら かたくりこ さとう		きなこせんべい (ポテトスナック) のむヨーグルト (お茶)
14 火	生乳 あけさかなのオーロラソースがらめ ソーヤチンゲンサイ (卵除去食：有) とりにく	牛乳 ホキ みそ やきふた なまあげ たまご いとりにくかつお とりにく	にじがり もやし だいこん にんじん とうもろこし チンゲンサイ (ちさん)	ごはん あぶら さとう かたくりこ さとう あぶら		カスタードロール パン (米粉のまるいパン & いちごジャム) やさしいいり ポテトスナック
15 水	生乳 あけしゅうまい なすいりマーボーどうふ オレシ	牛乳 ふたにく とりにく とうふ みそ	たまねぎ しょうが しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす たら オレシ	ごはん あぶら しゅうまいのかわ さとう パンこ あぶら さとう かたくりこ		ブチたいやき<乳卵不使用> (いちごプリン) パフケーキ (アップルゼリー)
16 木	生乳 なつやさいのカレー チキンナゲット はちみつレモンゼリーボンチ	牛乳 ふたにく とりにく	かぼちゃ オクラ トマト えだまめ たまねぎ にんじん にんにく しょうが ブルーン ゼリー (かんてん)	むぎごはん あぶら こめ このカレーウ あぶら さとう こむぎこ パンこ ゼリー (はちみつ) さとう		16日 食育献立
17 金	生乳 とりのちぎりパン (1/2) はちみつアップル おにぎり (鮭)	牛乳 ふたにく いか あおのり とりにく うすらたまご (ちさん)	キャベツ にんじん たら べにしょうが ほくさい たまねぎ にんじん だけのこ ねぎ きくらげ パイナップル	ごはん あぶら さとう かたくりこ さとう あぶら		パン・牛乳
18 土	おにぎり (鮭)	こんぶつくだに のり		ごはん あぶら ゼリー		ことりのちぎりパン (米粉のまるいパン& りんごジャム) やさしいいり ポテトスナック
21 火	生乳 あかじそごはん てづくりもちつきつね ながいもとおくらのみそしる すいか	牛乳 とりにく だいすミート とうにゅう ふたにく とうふ わかめ みそ すいか	あかじそ (ちさん) たまねぎ しょうが とうもろこし オクラ にんじん えのきだけ	ごはん パンこ さとう かたくりこ ながいも		ことりのちぎりパン (米粉のまるいパン& りんごジャム)
22 水	生乳 きしめん れいしゅうまい えだまめとひしきのちゅうかまんじゅう フルーツヨーグルト (乳除去食：有)	牛乳 ふたにく とりにく とうふ かつお ひしき こんぶ ヨーグルト	しょうが きゅうり にんじん もやし にんじん えだまめ しょうが パイナップル もも ハナナ	ごはん さとう まあぶら かきうかまんじゅうのかわ さとう さとう		かぼちゃまんじゅう (ピーチゼリー)
23 木	生乳 とりのちぎりパン かぼちゃとえだまめ あいらのしらすだんごじる	牛乳 とうふ とりにく ハム えだまめ (ちさん) たら あおさ あぶらあげ こんぶ	しょうが たまねぎ とうもろこし とうみょう かぼちゃ えだまめ きゅうり ほくさい にんじん しめじ みつば (ちさん)	ごはん かたくりこ こめ マヨネーズ (卵なし) さとう あぶら		カルテツいわしおかし (じゃがいもおかし)
24 金	生乳 さつまいもいりパン ハッシュドビーフ じゃがいもベーコンやき オレシ	牛乳 ぎゅうにく ベーコン	たまねぎ にんじん スズキーニ マッシュルーム トマト ブルーン パセリ なし (ちさん)	さつまいもいりパン あぶら こめ このハッシュド じゃがいも オリーブオイル		こくさんやさいゼリー
25 土	おにぎり (おかし) ひとくちゼリー (ピーチ)	あじつけおかし のり		ごはん あぶら ゼリー		パン・牛乳
27 月	生乳 ごはんとおかしに なまあげちゅうかに こもちししゃもフリッター メロン	牛乳 ふたにく いか なまあげ からふと ししゃも あおさ メロン	にんじん だけのこ たまねぎ なましいだけ チンゲンサイ (ちさん)	ごはん かたくりこ こむぎこ さとう こめ あぶら		ヨーグルト (グレープゼリー)
28 火	生乳 とりのちぎりパン かぼちゃとえだまめ テラウエア	牛乳 とりにく とうふ とうにゅう ツナ チーズ とりにく とうにゅう みそ	たまねぎ とうもろこし パセリ にんじん しめじ かぼちゃ ほうれんそう テラウエア	ごはん マヨネーズ (卵なし) あぶら しろういんげんまめ しろはなまめ		れんにゅう いちごパン (米粉のまるいパン& いちごジャム)
29 水	生乳 ブルーベリーパン なつやさいのパンネ てづくりおからいりナゲット オレシ	牛乳 ベーコン とりにく おから とうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ なす ピーマン トマト にんにく ブルーン しょうが オレシ	ブルーベリーパン ペンネ さとう オリーブオイル パンこ マヨネーズ (卵なし) かたくりこ こむぎこ あぶら		おこめこくさんかぼちゃの マフィン<乳卵不使用> (あまなつゼリー)
30 木	生乳 きゅうにくとごぼうのまぜごはん とうがんとえびのかきたまじり (卵除去食：有) きゅう きゅう	牛乳 ぎゅうにく たまご えび とうふ	しょうが ごぼう たまねぎ ねぎ とうがんとえび (ちさん) にんじん ほししいだけ こまつな (ちさん) きゅう	ごはん さとう かたくりこ		こつぶあげ (さつまつアップ) ピーチジュース
31 金	生乳 とりにく とりにく とりにく	牛乳 さけ ベーコン かんてん	エリンギ パセリ だいこん たまねぎ グリーンアスパラガス セロリー フチトマト りんごのあまにパイナップル もも パインアップルジュース	しょうがごぼう さとう		マスケットゼリー

7月9日(木)  
南アジア：インド

## アジア・アジアパラ献立

今月は、インドの「ピリヤニ」を提供します。  
ピリヤニは、お肉と野菜を使った炊き込みごはん、  
①松茸ご飯(日本) ②パエリア(スペイン) ③ピリヤニ(インド)  
の3つが「世界三大炊き込みご飯」と呼ばれています。  
ポトフには未来の食材50のうち「大根」と「オクラ」を使っ  
ています。大根やオクラは、育てるための環境への負担が少ないこと  
から、未来を支える食材として注目されています。

WWF 未来の食材50  
大根 オクラ

愛知県産 使用予定食材  
小松菜、しらす干し、チンゲン菜、  
赤しそ三つ葉、うずら卵、梨、  
冷凍みかん、冬瓜

おさかなチャレンジデー  
1日 あじ(鮭)