



2024年度 7月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	月	クッキー ほうじ茶	ごはん オクラのみそ汁 鱈の野菜あん/ブロッコリー グレープフルーツ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
2	火	ビスケット ほうじ茶	ごはん 麻婆豆腐 サンラータンスープ フルーツ缶	トマトマカロニ 牛乳	せんべい ほうじ茶
3	水	せんべい アップルジュース	焼きそば ウィナースープ バナナ	炊き込みごはん 牛乳	せんべい ほうじ茶
4	木	せんべい 牛乳	ごはん 鰯のタルタル焼き さつまいのみそ汁 サラダ オレンジ	メロンパン 牛乳	ボーロ ほうじ茶
5	金	せんべい ほうじ茶	七夕メニュー 天の川ごはん そうめん汁 星ハンバーグ わかめの酢の物 すいか	ショートケーキ ほうじ茶	クラッカー カルピス
6	土	ボーロ 牛乳	チンジャオロースー茸 中華スープ バナナ	あんぱん 牛乳	
7	日				
8	月	せんべい 牛乳	ごはん 鮭のみそマヨ焼き あさりのスープ 夏野菜入りジャーマンポテト パイン	ごまトースト 牛乳	クッキー ほうじ茶
9	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 豆腐の肉みそグラタン/ブロッコリー かきたま汁 バナナ	黒糖蒸しパン 牛乳	せんべい ほうじ茶
10	水	せんべい アップルジュース	ごはん スペニッシュオムレツ わかめスープ 切干大根のサラダ オレンジ	お好み焼き 牛乳	せんべい ほうじ茶
11	木	クラッカー 牛乳	枝豆ごはん 鱈の香味焼き なめこ汁 なす炒り バナナ	とうもろこし 牛乳	ビスケット ほうじ茶
12	金	せんべい ほうじ茶	ジャムパン ミートローフ さつまいの豆乳スープ 花野菜サラダ キウイフルーツ	ごはんお焼き ほうじ茶	せんべい カルピス
13	土	せんべい 牛乳	ナポリタン コンソメスープ オレンジ	ひじきチャーハン 牛乳	
14	日				
15	月		海の日		
16	火	ビスケット ほうじ茶	ごはん 麻婆豆腐 サンラータンスープ フルーツ缶	トマトマカロニ 牛乳	せんべい ほうじ茶
17	水	せんべい ほうじ茶	ごはん 鰯の照り焼き なすのすまし汁 かみなり豆腐 バナナ	じゃじゃ麺 ほうじ茶	せんべい カルピス
18	木	ウエハース ほうじ茶	ごはん 松風焼き かきたま汁 わかめの酢の物 メロン	フライドポテト 牛乳	ボーロ ほうじ茶
19	金	せんべい ほうじ茶	黒糖パン 鰯のタルタル焼き かぼちゃスープ 春雨サラダ オレンジ	炊き込みごはん ほうじ茶	クラッカー カルピス
20	土	ボーロ 牛乳	チンジャオロースー茸 中華スープ バナナ	あんぱん 牛乳	
21	日				
22	月	せんべい 牛乳	ごはん 鮭のみそマヨ焼き あさりのスープ 夏野菜入りジャーマンポテト パイン	ごまトースト 牛乳	クッキー ほうじ茶
23	火	クッキー ほうじ茶	ごはん 豆腐の肉みそグラタン/ブロッコリー かきたま汁 バナナ	黒糖蒸しパン 牛乳	せんべい ほうじ茶
24	水	せんべい アップルジュース	ごはん スペニッシュオムレツ わかめスープ 切干大根のサラダ オレンジ	お好み焼き 牛乳	せんべい ほうじ茶
25	木	クラッカー 牛乳	枝豆ごはん 鱈の香味焼き なめこ汁 なす炒り バナナ	フルーツヨーグルト 牛乳	ビスケット ほうじ茶
26	金	せんべい ほうじ茶	ジャムパン ミートローフ さつまいの豆乳スープ 花野菜サラダ キウイフルーツ	キーマカレー ほうじ茶	せんべい カルピス
27	土	せんべい 牛乳	ナポリタン コンソメスープ オレンジ	ひじきチャーハン 牛乳	
28	日				
29	月	クッキー ほうじ茶	ごはん オクラのみそ汁 鱈の野菜あん/ブロッコリー グレープフルーツ	スイートポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
30	火	ウエハース ほうじ茶	ごはん 松風焼き かきたま汁 わかめの酢の物 キウイフルーツ	ピザポテト 牛乳	せんべい ほうじ茶
31	水	せんべい ほうじ茶	ごはん 鰯の照り焼き なすのすまし汁 かみなり豆腐 バナナ	じゃじゃ麺 ほうじ茶	せんべい カルピス

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。



★七夕の行事食★ 7/5 (金)

七夕は、天の川や織り糸に見立てた
そうめんを食べる風習があります。
園では昼食に、七夕メニューを
提供いたします。



	1ヶ月平均栄養価	☆エネルギー	☆たんぱく質	☆脂質	☆食塩相当量
3歳未満児	482 kcal	19.4 g	14.8 g	1.3 g	
3歳以上児	575 kcal	23.9 g	17.9 g	1.6 g	