# 7月 きゅうしょくだより

かが幼稚園

2026年7月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>ご飯<br>春巻<br>ｽﾊﾟｻﾗﾀﾞ（ﾊﾟｽﾀ・ﾊﾑ・ﾐｯｸｽﾍﾞｼﾞﾀﾌﾞﾙ・きゅうり）<br>炒め煮（ｲﾝｹﾞﾝ・人参・昆布）<br>味噌汁（豚肉・ゴボウ・里芋 | 2<br>ご飯<br>ｺｰﾝﾌﾗｲ<br>江戸っ子煮（牛肉・大豆・人参・糸ｺﾝ・大根・筍）<br>ﾊﾞﾝﾊﾞﾝｼﾞｰ（胡瓜・蒸し鶏・もやし・人参）<br>味噌汁（厚揚げ・玉葱・さつま芋） | 3<br>ご飯<br>ｴﾋﾞﾌﾗｲ<br>ｻﾗﾀﾞ（ﾄﾏﾄ・ﾊﾑ・ｷｬﾍﾞﾂ・ｺｰﾝ）<br>ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ<br>味噌汁（じゃが芋・玉葱） |
| 6<br>ご飯<br>網焼きハンバーグ<br>切干煮（切干大根・大根・人参・ちくわ）<br>ｷｬﾍﾞﾂのﾚﾓﾝ酢和え（ｷｬﾍﾞﾂ・胡瓜・人参）<br>味噌汁（豆腐・厚揚げ・わかめ） | 7<br>ちらし寿司<br>白身魚天ぷら<br>七夕そうめん（玉葱・そうめん・椎茸・ｵｸﾗ・卵）<br>星しんじょ含め煮（星しんじょ・里芋・ﾌｷ）<br>すまし汁（おつゆ麸・ふかし・えのき・三つ葉） | 8<br>ご飯<br>ﾒﾝﾁｶﾂ<br>ﾁﾝｼﾞｬｵﾛｰｽ（豚肉・筍・ﾋﾟｰﾏﾝ・もやし）<br>ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ（じゃが芋・ハム・きゅうり・ﾐｯｸｽﾍﾞｼﾞﾀﾌﾞﾙ）<br>ｺｰﾝｽｰﾌﾟ（ﾍﾞｰｺﾝ・ｺｰﾝ・玉葱） | 9<br>サンドイッチ<br>（年長・年中・年少児）<br>カレーライス（じゃがいも・人参・玉葱・肉） | 10<br>（1・2歳児）<br>ご飯　牛ハラミかつ<br>ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ煮（人参・ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ・ｳｲﾝﾅｰ）<br>和風ｻﾗﾀﾞ（ｺｰﾝ・ﾄﾏﾄ・わかめ・蒸し鶏・ｷｬﾍﾞﾂ）<br>味噌汁（厚揚げ・大根・ゴボウ） |
| 13<br>ご飯<br>オムレツ<br>ｼｭｳﾏｲあんかけ（ｼｭｳﾏｲ・ﾐｯｸｽﾍﾞｼﾞﾀﾌﾞﾙ）<br>ごまﾈｰｽﾞあえ（ｺｰﾝ・ﾂﾅ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ）<br>ｽｰﾌﾟ（ｶﾆｶﾏ・青梗菜・筍） | 14<br>ゆかりごはん<br>海鮮ｽﾃｰｷ<br>ひじき煮（ひじき・さつま揚げ・人参・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ）<br>ｻﾗﾀﾞ（蒸し鶏・ｷｬﾍﾞﾂ・ｺｰﾝ・玉葱・ﾄﾏﾄ）<br>味噌汁（里芋・おつゆ麸・牛蒡） | 15<br>ご飯<br>チキンから揚げ<br>がんも煮（がんも・人参・ﾌｷ）<br>ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ（ﾏｶﾛﾆ・ハム・ﾐｯｸｽﾍﾞｼﾞﾀﾌﾞﾙ・きゅうり）<br>すまし汁（豆腐・ふかし・筍） | 16<br>ご飯<br>チキン野菜ロール<br>麻婆豆腐（豚挽肉・豆腐・玉葱・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ）<br>酢の物（春雨・ハム・わかめ・胡瓜）<br>ｽｰﾌﾟ（ｺｰﾝ・ﾍﾞｰｺﾝ・もやし） | 17<br>ご飯<br>マグロﾌﾗｲ<br>中華ｻﾗﾀﾞ（蒸し鶏・胡瓜・ｷｬﾍﾞﾂ・卵）<br>ちくわのﾏﾖ和え（ちくわ・ｺｰﾝ・枝豆）<br>味噌汁（卵・わかめ） |
| 20<br> <br> | 21<br>ご飯<br>ﾋﾚｶﾂ<br>水餃子（餃子・白菜）<br>ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ(ﾍﾞｰｺﾝ・じゃが芋・玉葱・ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ）<br>味噌汁（大根・油揚げ） | 22<br>ご飯<br>肉団子<br>八宝菜（ｼｰﾌｰﾄﾞ・白菜・筍・人参・椎茸・ｷｸﾗｹﾞ）<br>ナムル（人参・ほうれん草・もやし）<br>味噌汁（豆腐・わかめ） | 23<br>菜飯ごはん<br>牛肉ｺﾛｯｹ<br>味噌炒め(豚肉・玉葱・ﾋﾟｰﾏﾝ・人参・なす）<br>ﾗﾀﾄｩﾕ（ﾍﾞｰｺﾝ・玉葱・ｷｬﾍﾞﾂ・ｽﾞｯｷｰﾆ・人参）<br>すまし汁（豆腐・わかめ・葱） | 24<br>手作り弁当 |
| 27<br>ご飯<br>ﾋﾟｰﾏﾝ肉詰めﾌﾗｲ<br>ドライカレー(合挽肉・玉葱・筍・椎茸・人参）<br>おかかﾏﾖﾈｰｽﾞあえ（ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ｷｬﾍﾞﾂ）<br>中華スープ（わかめ・ﾍﾞｰｺﾝ・玉葱） | 28<br>ご飯<br>チーズはんぺんﾌﾗｲ<br>焼肉炒め（牛肉・ﾋﾟｰﾏﾝ・もやし・人参）<br>春雨ｻﾗﾀﾞ（春雨・ハム・胡瓜・人参）<br>卵スープ（卵・玉葱・青梗菜） | 29<br>わかめご飯<br>白身魚フライ<br>ｼﾞｬｰｼﾞｬｰ麺（中華麺・葱・豚挽肉・人参・筍・椎茸）<br>ﾌﾚﾝﾁｻﾗﾀﾞ（ｷｬﾍﾞﾂ・ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ・ハム・ｺｰﾝ）<br>豚汁（豚肉・牛蒡・白菜・さつま芋） | 30<br>ご飯<br>チキンフィレ<br>含め煮（人参・ﾌｷ・豆乳まる揚げ・蓮根）<br>いそべあえ（もやし・ほうれん草・人参・ｺｰﾝ）<br>みそ汁（麸・玉葱・わかめ） | 31<br>ご飯<br>ツナマヨフライ<br>ｹﾁｬｯﾌﾟがらめ（豚肉・人参・玉葱・ﾋﾟｰﾏﾝ）<br>ペンネのﾏﾖ和え（ペンネ・玉葱）<br>なめこ汁（なめこ・豆腐・白菜） |

毎日ﾃﾞｻﾞｰﾄつきになります