

# 2026年7月 明石市立幼稚園 月間献立表 (一般食)

	月	火	水 1日	木 2日	金 3日
昼食			さわらのたつたあげ キャベツソテー ふかし南瓜 マカロニサラダ ほうれん草のそぼろ和え ごはん	とり天 焼きそば風スパ 玉子焼き ごぼうサラダ 白菜のナムル ごはん(ふりかけ)	ミートボールあんかけ のりしお Pasta ブロッコリーポイル 小松菜と大豆のかつお和え フライドさつまいも ごはん
おやつ			おにぎりせんべい銀シャリ	ヨーグルト	ポテコ
	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	さわらのみそやき ほうれん草ソテー カレーポテト 白菜と鶏肉のうま煮 フルーツ(みかん) ごはん	ほしのコロッケ マカロニケチャップ にんじんさつま揚げ ブロッコリーのマヨサラダ 小松菜とかにかまの和え物 ごはん(ふりかけ) <b>★セタメニュー★</b>	ミートボールの甘酢あん ビーフソテー キャベツのおかか和え ひじき煮 大学かぼちゃ ごはん	とりのからあげ カレースパ ブロッコリーポイル ポテトサラダ 煮豆 ごはん(ふりかけ) 	とうふハンバーグ キャベツソテー ちくわの天ぷら 鶏ムネのごまみそあえ 人参のグラッセ風 パン
おやつ	雪の宿	セタデザート	ベジたべる	おにぎりせんべい	たべっこどうぶつ
	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	とりのいそべあげ ビーフソテー キャベツのごま炒め 小松菜とあげの煮浸し フルーツ(もも) ごはん	てりやきハンバーグ スパソテー 玉子焼き 肉じゃが 白菜の中華和え ごはん(ふりかけ)	とりにくのコーンマヨソース マカロニソテー ブロッコリーのおかか和え キャベツのサラダ アメリカンドッグ ごはん <b>★旬の食材 コーン★</b>	にくだんごのカレーあげ キャベツソテー のりしおポテト 金平ごぼう 小松菜のそぼろ和え ごはん(ふりかけ)	野菜コロッケ 焼きそば風スパ シューマイ 豆腐の炒り煮 ほうれん草ソテー ごはん
おやつ	かっぱえびせん	ポテコ	ちょぼちょぼ	雪の宿	あげせん
	20日	21日	22日	23日	24日
昼食		ふたのしょうがやき ブロッコリーポイル 玉子焼き ひじき豆 大学かぼちゃ ごはん(ふりかけ)	えびフライ カレースパ シューマイ チキンサラダ インゲンの炒め物 ごはん	さわらのつけやき キャベツソテー にんじんさつま揚げ はるさめサラダ ほうれん草のおひたし ごはん(ふりかけ)	ハンバーグ スパソテー ブロッコリーポイル 白菜と厚揚げのそぼろ煮 シュガーさつまいも ごはん
おやつ		つぶつぶベジタブル	おととと	おにぎりせんべい	ヨーグルト
	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	とりにくのマヨやき スパソテー ブロッコリーのおかか和え 大根サラダ フルーツ(りんご) ごはん	さわらの和風ムニエル マカロニソテー かぼちゃの天ぷら ポークビーンズ 小松菜のナムル ごはん(ふりかけ) 	チキンナゲット キャベツケチャップ炒め ふかしさつまいも ブロッコリーのサラダ ほうれん草のそぼろ和え パン	南瓜コロッケ のりしお Pasta シューマイ 鶏肉野菜炒め 煮豆 ごはん(ふりかけ)	とりにくのてりかけ 小松菜のソテー 玉子焼き ツナマカロニ 大根の炒め物 ごはん
おやつ	ポテコ	ちょぼちょぼ	おにぎりせんべい銀シャリ	かっぱえびせん	たべっこどうぶつ

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。