

2026年7月 明石市立幼稚園 月間献立表 (アレルギー対応食)

	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SPA ●インゲンのソテー 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	●みかんゼリー	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) ★セタメニュー★	●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) 	●わふうハンバーグ 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	●源氏パイ	セタデザート	ベジたべる	●おにぎりせんべい銀シャリ	●たべっこどうぶつベイビー
	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 ●人参のナムル 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 ★旬の食材 コーン★	●にくだんこのカレーあげ 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SPA ●インゲンとかにかまの和え物 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	●つぶつぶベジタブル	●源氏パイ	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 ●ウィンナーソテー 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 ●ちくわの炒め物 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	●ソフトせんべい	●おにぎりせんべい銀シャリ	●みかんゼリー
	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) 	●おさかなナゲット 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 ●肉団子 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 ●ウィンナーソテー ●ツナマカロニ 大根の炒め物 ごはん
おやつ	ポテコ	●あげせん	おにぎりせんべい銀シャリ	かっぱえびせん	●たべっこどうぶつベイビー

※食材の入荷により献立を一部変更することがあります。