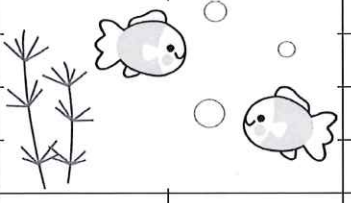


7月 行事予定表							R8 大沢幼稚園	
日付	曜日	予 定	年長	年中	年少	年少々	0、1歳児	
1	水	半日						
2	木			コラソン	コラソン	親子スイミング		
3	金		ハッピールーム	ハッピールーム				
4	土							
5	日							
6	月		チャレンジクラブ					
7	火	希望面談(すみれ・さくら・いちご)	弁当	スイミング 弁当	弁当	認定により 給食・弁当	給食	
8	水	テストメール 希望面談(すみれ・さくら・いちご)	すみれ組・美術			避難訓練		
9	木	誕生会 希望面談(すみれ・さくら・いちご)						
10	金	希望面談(すみれ・さくら・いちご)		コラソン	コラソン			
11	土							
12	日							
13	月	保育料等引き落とし	チャレンジクラブ	文字				
14	火	1,2歳ベイベー・K・POP(9:30～10:30) 希望面談(ゆり・たんぼぼ・もも)						
15	水	希望面談(ゆり・たんぼぼ・もも)	スイミング					
16	木	0歳ベイベー(10:30～) 希望面談(ゆり・たんぼぼ・もも)						
17	金	希望面談(ゆり・たんぼぼ・もも)	リトミック	リトミック				
18	土	入園説明会 元気のもり(ブルーベリー狩り)						
19	日							
20	月	海の日						
21	火		文字					
22	水							
23	木	終業式						
24	金	年長サマースクール 年中・年少・年少々 夏季休業	サマースクール (お泊り会)					
25	土	年長サマースクール						
26	日							
27	月							
28	火	元気のもり (Tシャツ作り・トートバック作り)						
29	水	元気のもり(アート教室)						
30	木	元気のもり(アート教室)予備日						
31	金							

★ 8月の予定 ★

25日:始業式(半日) 28日:誕生会

【元気のもり】※詳細は改めてお知らせします。

3日:体操(年少親子) 5日:体操(年中・年長) 6日:北の丘プール(年長希望者)
7日:魚つかみとり体験・野外炊事体験(BBQ)・お泊りキャンプ 17日:体操(年少親子) 18・19日:体操(年中・年長)
20日:北の丘プール(年長希望者) 21日:移動水族館・水遊び 24日:水遊び・花火大会

※予定が変更になる場合は追ってお知らせいたします。



7月

れいわ8ねん

★仕入れ材料の都合による献立の変更はご了承下さい。

ようちえんのおべんとう

Angel Foods



 祭 1 ずい ハンバーグ コーングラッセ トマトさつま ベーコンと あおなのソテー フルーツ しろごはん 410kcal/11.2g	 2 もく タコスミート ボイルやさい あおなソテー エビボール じゃがいものからあげ フルーツ しろごはん 427kcal/14.6g	3 きん とりにくのからあげ カレーふうみ やさいいため ジャーマンポテト ブロッコリー プチケーキ おにぎり 425kcal/11.2g	4 ずい ハンバーグ コーングラッセ トマトさつま ベーコンと あおなのソテー フルーツ しろごはん 410kcal/11.2g	5 もく タコスミート ボイルやさい あおなソテー エビボール じゃがいものからあげ フルーツ しろごはん 427kcal/14.6g
6 げつ ハムカツ とりにくのからあげ こまつなソテー スイカかまぼこ フルーツポンチ しろごはん 401kcal/11.3g	7 か ほしのコロケ ビーフンソテー わふうハンバーグ にんじんグラッセ ブロッコリー フルーツ そぼろごはん 432kcal/10.7g	8 すい きょうりゅう チキンナゲット キャベツソテー ポテトサラダ カニカマ フルーツ クロワッサン 370kcal/9.7g	9 もく なつやさいカレー わふうサラダ だいずナゲット フルーツ しろごはん 423kcal/9.7g	10 きん とりにくの やながわふうに あおなソテー おからポテト フルーツ しろごはん 400kcal/14.8g
13 げつ にくじゃが やさいの しおこんぶあえ チキンナゲット フルーツ しろごはん 408kcal/10.5g	14 か はるまき ベーコンとあおなのソテー ミートボール コンソメポテト ヤングコーン フルーツ ふりかけおにぎり 402kcal/9.5g	15 すい さかなのしおやき きんぴらごぼう やさいサラダ れんこんまんじゅう フルーツ そぼろごはん 412kcal/11.7g	16 もく チキンピカタ フライドポテト ポークチャップ フルーツポンチ しろごはん 428kcal/14.3g	17 きん メンチカツ やきそば あつやきたまご タコウインナー ブロッコリー フルーツ しろごはん 413kcal/10.1g
20 げつ うみのひ 22 すい チキンステーキ ビーフンソテー やさいの しおこんぶあえ おからポテト フルーツ しろごはん 409kcal/10.8g	21 か ミートマカロニ コーングラッセ にんじんに フランクフルト フルーツ ミルクパン/コロケ 377kcal/10.3g	23 もく ちくわのいそべあげ きんぴらごぼう あおなのあえもの あつやきたまご ミートボール フルーツ しろごはん 407kcal/9.8g	24 きん エンゼルカレー とんかつ コーンソテー てりやきハンバーグ フルーツ しろごはん 426kcal/9.9g	27 げつ メンチカツ にくやさしいため れんこんサラダ ブロッコリー フルーツ しろごはん 415kcal/9.8g
28 か ハンバーグ フライドポテト あおなのにびたし カニふうみさつまあげ フルーツポンチ しろごはん 420kcal/10.4g	29 すい プルコギふういため ソースカツ こふきいも ヤングコーン フルーツ しろごはん 404kcal/11.7g	30 もく とりにくのからあげ やさいいため マカロニサラダ ハムステーキ しゅうまい フルーツ おにぎり 425kcal/11.2g	31 きん エビカツ あおなソテー リヨネーズポテト フルーツ ミートペンネ 387kcal/14.2g	

★魚料理は極力骨を取っていますが、気を付けて召し上がってください。

★迷子のスプーン・フォークが増えています。みんなのかわいいスプーンやフォークには園名とお名前の記入を必ずお願い致します！

★練り物(さつま揚げ、ちくわ、はんぺんなど)の中に見られる黒や赤、または黄色の点や線状のものは、魚皮ですのでご安心してお召し上がりいただけます。

★おにぎりを食べる時はしっかりと手を洗いましょう！！

★唐揚げ・チキンステーキ等の鶏肉において、肉の成分の反応により加熱後でも赤みが残る場合があります。また、飼育時の打ち身や玉葱等野菜の成分によるものもあります。気になる場合はご連絡ください。

※メニューに★印がついているおかずは、誤嚥が無いよう、気をつけてお召し上がりください。

2026年

7
JULYAngel Foods
エンゼルフーズグループ

がっのおべんとうメニュー



目玉メニュー

7月6日(月) スイカかまぼこ(スイカの栄養)
スイカはビタミンCやカリウム・β-カロテンが豊富です。抗酸化作用をもつリコピンはトマトよりも多く、血行促進作用のあるシトルリンも含まれます。夏場の水分補給や疲労回復、紫外線ダメージケアにも効果的な食品です。

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

ひとくちメモ

トマトの赤は「リコピン」の赤

真っ赤なトマトには栄養成分がいっぱい含まれています。美肌効果や風邪予防に役立つビタミンC、老化を抑制するビタミンE、塩分の排出を助けるカリウム、腸内環境を整える食物繊維などをバランス良く含んでいます。「リコピン」には老化やがんの予防効果がある抗酸化作用があります。生のトマトにも「リコピン」は含まれていますが、トマト加工品の方が、より吸収しやすくなります。

6 **目玉メニュー**
ハムカツ
とりにくのからあげ
こまつなソテー
スイカかまぼこ
フルーツポンチ
しろごはん

*エネルギー 401 kcal
*タンパク質 11.3 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.0 g

7 **金平焼**
ほしのコロッケ
ビーフソテー
わふうハンバーグ
にんじんグラッセ
ブロッコリー・フルーツ
そぼろごはん
こんぺいとう

*エネルギー 432 kcal
*タンパク質 10.7 g
*脂質 10.8 g
*塩分 1.6 g

8
きょうりゅう
チキンナゲット
キャベツソテー
ポテトサラダ
カニカマ
フルーツ
クロワッサン

*エネルギー 370 kcal
*タンパク質 9.7 g
*脂質 15.1 g
*塩分 1.5 g

9
なつやさいカレー
わふうサラダ
だいたナゲット
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 423 kcal
*タンパク質 9.7 g
*脂質 14.0 g
*塩分 1.5 g

10
とりにくの
やながわふう
あおなソテー
おからポテト
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 400 kcal
*タンパク質 14.8 g
*脂質 10.8 g
*塩分 1.4 g

13
にくじゃが
やさしい
しおこんぶあえ
チキンナゲット
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 408 kcal
*タンパク質 10.5 g
*脂質 10.5 g
*塩分 1.3 g

14
はるまき
ベーコンとあおなソテー
ミートボール
コンソメポテト
ヤングコーン
フルーツ
ふりかけおにぎり

*エネルギー 402 kcal
*タンパク質 9.5 g
*脂質 10.1 g
*塩分 1.5 g

15
さかなのしおやき
さんびらごぼう
やさしいサラダ
れんこんまんじゅう
フルーツ
そぼろごはん

*エネルギー 412 kcal
*タンパク質 11.7 g
*脂質 13.0 g
*塩分 1.6 g

16
チキンピカタ
フライドポテト
ポークチャップ
フルーツポンチ
しろごはん

*エネルギー 428 kcal
*タンパク質 14.3 g
*脂質 16.8 g
*塩分 1.5 g

17
メンチカツ
やきそば
あつやきたまご
タコウィンナー
ブロッコリー
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 413 kcal
*タンパク質 10.1 g
*脂質 11.8 g
*塩分 1.5 g

20
うみのひ

21
ミートマカロニ
コーングラッセ
にんじんに
フランクフルト
フルーツ
ミルクパン/コロッケ

*エネルギー 377 kcal
*タンパク質 10.3 g
*脂質 15.8 g
*塩分 1.7 g

22
チキンステーキ
ビーフソテー
やさしい
しおこんぶあえ
おからポテト
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 409 kcal
*タンパク質 10.8 g
*脂質 9.4 g
*塩分 1.5 g

23
ちくわのいそべあげ
さんびらごぼう
あおなのあえもの
あつやきたまご
ミートボール
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 407 kcal
*タンパク質 9.8 g
*脂質 10.3 g
*塩分 1.5 g

24
エンゼルカレー
とんかつ
コーンソテー
てりやきハンバーグ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 426 kcal
*タンパク質 9.9 g
*脂質 11.0 g
*塩分 1.6 g

27
メンチカツ
にくやさしいため
れんこんサラダ
ブロッコリー
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 415 kcal
*タンパク質 9.8 g
*脂質 13.8 g
*塩分 1.4 g

28
ハンバーグ
フライドポテト
あおなのびたし
カニふみざつまあげ
フルーツポンチ
しろごはん

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 10.4 g
*脂質 10.4 g
*塩分 1.1 g

29
ブルコギふういため
ソースカツ
こふきいも
ヤングコーン
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 404 kcal
*タンパク質 11.7 g
*脂質 10.8 g
*塩分 1.3 g

30
とりにくのからあげ
やさしいため
マカロニサラダ
ハムステーキ
しゅうまい
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 425 kcal
*タンパク質 11.2 g
*脂質 11.1 g
*塩分 1.6 g

31
エビカツ
あおなソテー
リヨネーズポテト
フルーツ
ミートパンネ

*エネルギー 387 kcal
*タンパク質 14.2 g
*脂質 13.4 g
*塩分 1.7 g

令和8年7月みつばちぐみきゅうしょく

月	火	水	木	金	土
		1 肉じゃが ブロッコリーの中華和え ごはん キャベツの味噌汁 みかんの缶詰 317kcal/9.3 g	2 厚揚げ入りホイコーロー マカロニのソテー ごはん もやしの味噌汁 バナナ 369kcal/12.0 g	3 鶏そぼろともやし丼 いんげんとソーセージのソテー わかめの味噌汁 黄桃の缶詰 369kcal/13.2 g	4 わかめうどん さつまいもの甘煮 みかんの缶詰 236kcal/5.0 g
6 煮魚 ほうれん草とソーセージのソテー ごはん 玉ねぎと豚ひき肉の味噌汁 白桃の缶詰 321kcal/15.1 g	7 セタ星形ハンバーグ さつまいもの甘煮 ごはん すまし汁 セタデザート 359kcal/7.5 g	8 麻婆豆腐 はるさめサラダ ごはん 大根の味噌汁 黄桃の缶詰 405kcal/11.1 g	9 肉団子の野菜あんかけ マカロニのソテー ごはん わかめと油揚げの味噌汁 バナナ 393kcal/12.1 g	10 ボークカレー ほうれん草とコーンのソテー ごはん パインの缶詰 351kcal/8.2 g	11 豚丼 おふの味噌汁 みかんの缶詰 318kcal/10.0 g
13 照り焼きハンバーグ ツナサラダ ごはん オニオンスープ みかんの缶詰 418kcal/11.6 g	14 肉野菜炒め さつまいもの甘煮 ごはん 玉ねぎの味噌汁 バナナ 361kcal/9.4 g	15 スパゲッティミートソース フライドポテト（コンソメ） ポトフ風スープ 白桃の缶詰 305kcal/9.3 g	16 タラの煮魚 ブロッコリーのマヨおかか和え ごはん 玉ねぎと豚ひき肉の味噌汁 バナナ 374kcal/17.5 g	17 鶏肉じゃが いんげんのごま和え ごはん すまし汁 黄桃の缶詰 325kcal/10.1 g	18 ナポリタン フライドポテト（コンソメ） オニオンスープ みかんの缶詰 300kcal/8.3 g
20	21 ハンバーグ ほうれん草とソーセージのソテー ごはん おふの味噌汁 みかんの缶詰 366kcal/10.9 g	22 肉団子の野菜あんかけ マカロニのソテー ごはん 大根の味噌汁 みかんの缶詰 322kcal/9.0 g	23 厚揚げ入りホイコーロー はるさめサラダ ごはん もやしの味噌汁 バナナ 427kcal/11.3 g	24 麻婆豆腐 ブロッコリーの中華和え ごはん ほうれん草のスープ パインの缶詰 316kcal/11.6 g	25 たぬきうどん 肉団子煮 みかんの缶詰 262kcal/7.1 g
27 和風ハンバーグ ひじきの煮物 ごはん おふの味噌汁 白桃の缶詰 340kcal/10.8 g	28 タラの味噌煮 ほうれん草とツナのマヨネーズ和え ごはん 玉ねぎと豚ひき肉の味噌汁 オレンジ 323kcal/14.8 g	29 スパゲッティミートソース フライドポテト（コンソメ） ポトフ風スープ みかんの缶詰 315kcal/9.4 g	30 肉野菜炒め さつまいもの甘煮 ごはん 玉ねぎの味噌汁 バナナ 361kcal/9.4 g	31 チキンカレー いんげんとソーセージのソテー ごはん 黄桃の缶詰 372kcal/8.7 g	kcal/g

梅雨が明けると間もなく暑い夏がやってきます。この時期は急に暑くなるので、体調を崩しがちになります。
暑さ対策をしっかりと行いつつ、十分な食事と睡眠をとり、夏を乗り切りましょう。
7日はセタに合わせたメニューを提供いたします。

※献立は、卵・乳が不使用の献立となっております。 また仕入れ食材による献立変更がある場合は事前にお伝えいたします。
カロリー量とタンパク質量は（kcal/g）で表記しております。