

令和7年



## 7月の献立



細野保育園

日	曜日	10時	昼食	3時
1	火	せんべい	ローズ生姜焼き ひじきとツナの煮物 オレンジ	ポテコ 野菜ジュース
2	水	ゼリー	野菜たっぷりチャプチェ トマトと胡瓜のマリネ バナナ	チーズおなか焼きおにぎり ヤクルト
3	木	せんべい	めかじきの香味揚げ 切干大根の煮物 すいか	コーントースト 牛乳
4	金	クッキー	鶏の照り焼き 中華サラダ バナナ	かっぱえびせん 牛乳
5	土	せんべい	しゅうまい マカロニサラダ ブロッコリー ヨーグルト	クッキー 牛乳
7	月	ビスケット	お星さまコロッケ おかか和え キャベツと鶏肉のみそ汁 オレンジ	七夕ゼリー せんべい
8	火	ヨーグルト	あかうおの白しょうゆ漬焼 酢の物 コーン玉子スープ グレープフルーツ	パインマフィン 牛乳
9	水	せんべい	中華春巻き ブロッコリーとじゃがいものサラダ オレンジ	カルシウムおにぎり ヤクルト
10	木	ビスコ	チキンチーズピカタ もやしとわかめのナムル バナナ	焼ビーフン 牛乳
11	金	マリービスケット	なす入りマーボー豆腐 春雨サラダ えだまめ	フルーツかんでん かぶき揚げせんべい
12	土	クッキー	ハンバーグ ブロッコリー コーンスープ ゼリー	せんべい 牛乳
14	月	うすやきせんべい	高野豆腐のふわふわ煮 海藻サラダ みかん缶	和風スパゲティー 牛乳
15	火	リッツ	ホイコーロー ジャーマンポテト オレンジ	とうもろこし 牛乳
16	水	せんべい	タコライス かみかみあえ 南瓜のミルクスープ すいか 完全給食の日	ヨーグルトパフェ
17	木	オレンジゼリー	鮭フライ 具だくさんみそ汁 バナナ	ベーコンエビ ジョア
18	金	せんべい	野菜たっぷりつくね えだまめサラダ オレンジ	カレーピラフ 牛乳
19	土	ビスケット	チキンナゲット 南瓜サラダ 卵スープ ゼリー	せんべい 牛乳
22	火	うすやきせんべい	鶏肉のマーメレード焼き キャベツときゅうりの塩昆布和え オレンジ	豆乳きな粉もち 牛乳
23	水	リッツ	ピーマンの肉づめフライ 大豆五目煮 バナナ	かぼちゃマフィン 牛乳
24	木	せんべい	さばの胡麻みそ焼き ビーフンのマヨサラダ 豆腐とわかめのすまし汁 グレープフルーツ	リッツ みそきゅうり ミルージュ
25	金	クッキー	スパニッシュオムレツ バンバンジーサラダ すいか	パピコアイス せんべい
26	土		夏まつり	
28	月	せんべい	肉豆腐 切り干し大根の胡麻コールスロー 青菜のみそ汁 パイン缶	ベーコンポテトパイ 牛乳
29	火	ビスケット	キャベツの中華風煮 いそべ揚げ オレンジ	冷やしたぬきうどん
30	水	せんべい	メンチカツ 彩おかか和え バナナ	つぶつぶベジタブル 幼児りんごジュース
31	木	クッキー	夏野菜のハヤシシチュー 豆腐サラダ すいか	カップdeヤクルト ハッピーターン

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
未満児目標量	455kcal	17.0g	13.0g	1.7g
未満児月平均	466kcal	16.0g	13.3g	1.7g
以上児目標量	602kcal	21.0g	17.0g	2.0g
以上児月平均	597kcal	21.0g	16.6g	2.2g

- ・0.1.2歳児は昼食にご飯が出ます
- ・完全給食の日のご飯はいりません
- ・都合で献立を変更することがあります

