

# 令和7年7月献立表

つるまる保育園

| 日曜   | 副食名                        | 食品名                                                                  | 間食名                 | 食品名                                     | 未満児間食                |
|------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|----------------------|
| 1 火  | 栄養揚げ<br>伴三糸                | すり身 人参 玉葱 絞り豆腐 ピーマン ひじき 枝豆<br>コーン 卵 油 春雨 人参 胡瓜 ハム 卵<br>キャベツ 胡麻 酢 砂糖  | ミルク<br>果物 菓子        | スイカ<br>じゃこ気分                            | チーズ<br>パン            |
| 2 水  | 豚肉の生姜焼き<br>ツナサラダ           | 豚肉 生姜 醤油 酒 みりん ツナ キャベツ<br>人参 胡瓜 コーン レタス マヨネーズ トマト                    | ミルク チーズ<br>小倉サンド    | サンド食パン あんこ<br>マーガリン                     | チーズ<br>リングドーナツ       |
| 3 木  | 炒り豆腐<br>蒟蒻のおかか炒め           | 鶏挽肉 玉葱 人参 干し椎茸 きくらげ ピーマン 蒲<br>鉾 絞り豆腐 卵 キャベツ ゴーヤ 味噌 砂糖<br>金平蒟蒻 鰹節     | ミルク<br>うどんかりんとう     | うどん乾麺 小麦粉 油<br>黒砂糖                      | チーズ<br>バナナ           |
| 4 金  | 魚の塩焼き<br>野菜の胡麻和え           | 魚 塩 酒 キャベツ 人参 胡瓜<br>サリナス ピーマン パプリカ 胡麻 砂糖 醤油                          | ミルク<br>ざっくりヨーグルト    | ヨーグルト<br>シスコーン                          | チーズ<br>木葉せんべい        |
| 5 土  | ラーメン                       | ラーメン麺 焼豚 蒲鉾 小葱                                                       |                     |                                         | 菓子                   |
| 7 月  | セタランチ(冷やしうどん/とり天/ゼリー/ヤクルト) | うどん乾麺 胡瓜 レタス サリナス ハム 卵 人参<br>めんつゆ 鶏肉 白だし 小麦粉 卵 油<br>ミニゼリー ヤクルト       | カルピス<br>プリンアラモード    | プリン ホイップクリーム<br>メロン                     | チーズ<br>ミニわかめちゃん      |
| 8 火  | チキンカレー<br>フレンチサラダ<br>フルーツ  | 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 南瓜 コーン<br>なす カレールー キャベツ 人参 胡瓜 レタス<br>コーン 酢 油 バナナ   | ミルク チーズ<br>ヨーグルトケーキ | ミックス粉 ヨーグルト<br>砂糖 マーガリン チーズ             | チーズ<br>クラッカー         |
| 9 水  | 魚のコーンマヨ焼き<br>野菜の磯和え        | 魚 クリームコーン マヨネーズ<br>キャベツ 人参 胡瓜 サリナス 小松菜 もみ海苔                          | ミルク いりこ<br>フライドポテト  | じゃが芋 油<br>いりこ                           | 野菜スティック<br>ベビードーナツ   |
| 10 木 | ひじきの炒め煮<br>ウインナー           | 鶏肉 ひじき 切り干し大根 干し椎茸 人参 牛蒡<br>高野豆腐 インゲン 糸蒟蒻 油揚げ 竹輪 大豆水煮<br>砂糖 醤油 ウインナー | ミルク<br>フレンチトースト     | 食パン 卵 牛乳 砂糖<br>マーガリン                    | チーズ<br>ブチスティック       |
| 11 金 | ビーフン炒め<br>金平蒟蒻             | ビーフン 豚肉 人参 玉葱 キャベツ サリナス<br>干し椎茸 しめじ ピーマン 蒲鉾 中華あじ<br>金平蒟蒻 胡麻          | ミルク<br>果物 菓子        | バナナ<br>ソフトサラダ                           | チーズ<br>パン            |
| 12 土 | 園内夏祭り                      |                                                                      |                     |                                         |                      |
| 14 月 | 五目味噌汁 フルーツ<br>味付け海苔        | 豚肉 人参 玉葱 大根 干し椎茸 じゃが芋 牛蒡<br>しめじ 白菜 豆腐 蒟蒻 葱 味噌 味付け海苔<br>バナナ           | ミルク<br>おからドーナツ      | ミックス粉 卵 砂糖 お<br>から 油 チーズ                | チーズ<br>星っこ           |
| 15 火 | 魚の甘酢漬け<br>わいわいサラダ          | 魚 酒 塩 片栗粉 油 酢 砂糖 醤油 キャベツ<br>人参 胡瓜 わかめ レタス パプリカ 醤油 ごま油                | ミルク<br>果物 菓子        | パイナップル<br>ムーンライト                        | チーズ<br>動物丸ぼうろ        |
| 16 水 | ハンバーグ<br>スパゲティサラダ          | 合挽肉 玉葱 人参 卵 絞り豆腐 えのき ケチャップ<br>スパゲティ 人参 胡瓜 ハム コーン マヨネーズ               | ミルク いりこ<br>豆乳餅      | 豆乳 黒砂糖 片栗粉<br>黄粉 いりこ                    | チーズ<br>ミニハート         |
| 17 木 | 八宝菜<br>ゆで卵                 | 豚肉 えび いか 人参 玉葱 しめじ キャベツ 蒲鉾<br>ピーマン 干し椎茸 サリナス 木耳 筍 中華あじ<br>片栗粉 卵      | ミルク チーズ<br>シュガートースト | サンド食パン グラニュー<br>糖 マーガリン<br>チーズ          | チーズ<br>パン            |
| 18 金 | 鶏肉のさっぱり煮<br>ポテトサラダ         | 鶏肉 酢 砂糖 醤油 酒<br>じゃが芋 人参 胡瓜 ハム コーン マヨネーズ<br>トマト                       | ミルク<br>フルーツヨーグルト    | ヨーグルト 黄桃缶<br>パイナップル みかん缶<br>バナナ 砂糖      | チーズ<br>アニマルビスケット     |
| 19 土 | ナポリタン                      | スパゲティ ベーコン 玉葱 ピーマン 人参<br>ケチャップ                                       |                     |                                         | 菓子                   |
| 22 火 | 豚肉の南部揚げ<br>わかめの酢の物         | 豚肉 生姜 醤油 酒 小麦粉 卵 黒ごま 油<br>キャベツ 人参 胡瓜 じゃこ わかめ パプリカ 胡麻                 | ミルク<br>果物 菓子        | スイカ<br>ミニサラダ                            | チーズ<br>ベジタブルせんべい     |
| 23 水 | 魚の煮付け<br>切り干し大根の煮物         | 魚 生姜 砂糖 醤油 酒<br>切り干し大根 人参 干し椎茸 高野豆腐 油揚げ<br>インゲン 砂糖 醤油                | ミルク<br>ピザトースト       | サンド食パン 玉葱 ベーコン<br>ピーマン ピザソース<br>スライスチーズ | チーズ<br>バナナ           |
| 24 木 | タンドリーチキン<br>マカロニサラダ        | 鶏肉 ヨーグルト 塩 にんにく カレー粉 トマト<br>マカロニ 人参 胡瓜 ハム コーン キャベツ マヨ<br>ネーズ         | ミルク<br>ヨーグルトゼリー     | ヨーグルト 生クリーム<br>牛乳 砂糖 ゼラチン<br>ジャム        | チーズ<br>豆花クッキー        |
| 25 金 | 中華風胡麻和え<br>ししゃも            | 春雨 人参 胡瓜 キャベツ 卵 ハム サリナス 竹輪<br>小松菜 じゃが芋 胡麻 砂糖 醤油 ごま油<br>ししゃも          | ミルク<br>とうもろこし       | とうもろこし                                  | チーズ<br>鈴カステラ         |
| 26 土 | きつねうどん                     | うどん乾麺 すし揚げ 蒲鉾 小葱                                                     |                     |                                         | 菓子                   |
| 28 月 | 肉団子スープ<br>海苔佃煮 フルーツ        | 鶏挽肉 卵 人参 玉葱 干し椎茸 蒲鉾 キャベツ<br>豆腐 しめじ 葱 ガラスープ 醤油 納豆 バナナ                 | ミルク チーズ<br>キャロットケーキ | ミックス粉 卵 砂糖 人<br>参 マーガリン チーズ             | チーズ<br>花せんべい         |
| 29 火 | 魚のフライ<br>コールスローサラダ         | 魚 小麦粉 卵 パン粉 油 卵 マヨネーズ<br>キャベツ 人参 胡瓜 レタス コーン 胡麻ドレッシング                 | ミルク<br>果物 菓子        | パイナップル<br>ロアノヌ                          | チーズ<br>ウエハース         |
| 30 水 | 鶏肉の西京焼き<br>野菜のピーナツ和え       | 鶏肉 味噌 砂糖 みりん キャベツ 人<br>参 胡瓜 小松菜 サリナス パプリカ ピーナツ粉                      | ミルク いりこ<br>クラッカーサンド | クラッカー ジャム<br>クリームチーズ いりこ                | 野菜スティック<br>ベジタブルカステラ |
| 31 木 | 肉じゃが<br>野菜の梅肉和え            | 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸蒟蒻 焼き豆腐 しめじ<br>いんげん 砂糖 醤油 キャベツ 人参 胡瓜 梅肉               | ミルク<br>煮豆           | 金時豆 砂糖                                  | チーズ<br>英字ビスケット       |