

7月給食献立表(幼児食)

令和7年7月1日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1日	2日	3日	4日	5日
昼食		ふりかけごはん 鶏肉の塩麴焼き ごぼうサラダ みそ汁 フルーツ	味噌ラーメン メンチカツ フルーツヨーグルト	ごはん 豚肉のしぐれ煮 夏野菜の素揚げ和え みそ汁 フルーツ	麻婆丼 トマトとじゃこの ボン酢和え 肉団子スープ フルーツ	なすの肉みそうどん ナムル スープ フルーツ
午後のおやつ		のりじゃこトースト 牛乳	枝豆としらすのおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	ソーセイジパイ 牛乳	お菓子 麦茶
食材		米・鶏肉・ハム・きゅうり・ごぼう・人参・コーン・わかめ・えのき	中華麺・コーン・もやし・玉葱・豚肉・メンチカツ(冷凍)	米・豚肉・ごぼう・白滝・パプリカ・南瓜・ピーマン・オクラ・なす・キャベツ	米・筍・椎茸・豚肉・人参・玉葱・トマト・しらす・小葱・わかめ・肉団子(冷凍)	うどん・きゅうり・なす・豚肉・玉葱・ぜんまい・ほうれん草・人参・もやし

☆ホール給食☆

日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
昼食	そうめん からあげ 春雨サラダ 七タゼリー	ごはん 白身魚フライ かぼちゃの クリームチーズ和え みそ汁 フルーツ	ジャムチーズパン ナゲット 揚げなすとトマトの 甘酢和え スープ フルーツ	ごはん 鶏肉のパン粉焼き チョレギサラダ風 みそ汁 ゼリー	夏野菜カレー ポテトサラダ チーズ スープ ヨーグルト	ミートソースパグッティー ピーマンのオープン焼き スープ フルーツ
午後のおやつ	おやつバイキング 牛乳	オレンジゼリー 麦茶	青のりおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	抹茶チョコスコーン 牛乳	お菓子 麦茶
食材	そうめん・ハム・オクラ・トマト・かきあげ(冷凍)・かにかま・コーン・人参・きゅうり・春雨	米・白身魚フライ(冷凍)・玉ねぎ・レズン・クリームチーズ・南瓜・なす	食パン・ジャム・チーズ・ナゲット(冷凍)・コーン・きゅうり・トマト・揚げなす(冷凍)・ほうれん草	米・鶏肉・パン粉・わかめ・トマト・キャベツ・もやし	米・豚肉・玉ねぎ・人参・南瓜・揚げなす(冷凍)・オクラ・じゃが芋・コーン・魚肉ソーセージ・きゅうり・チーズ	パスタ・玉ねぎ・人参・豚肉・ピーマン・ベーコン・チーズ・キャベツ

日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
昼食	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き オクラのごま和え みそ汁 フルーツ	ごはん 肉みそれんこん 白和え すまし汁 フルーツ	冷やし中華 ちくわの磯辺揚げ オーロラソースサラダ フルーツ	ごはん 鯖の塩焼き 切干大根煮 みそ汁 ヨーグルト	タコライス じゃがベーコン炒め ワンタンスープ ゼリー	醤油ラーメン ウインナー フルーツ
午後のおやつ	レモンクッキー 牛乳	塩ちんすこう 牛乳	納豆巻き 麦茶	お菓子 牛乳	フルーチェ 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・鶏肉・ジャム・ほうれん草・人参・オクラ・もやし・なめこ・葱	米・豚肉・蓮根・小葱・ごま・ほうれん草・豆腐・人参・白滝・もやし	中華麺・コーン・きゅうり・ハム・ちくわ・青のり・人参・ブロッコリー・カリフラワー	米・鯖・絹さや・鶏肉・白滝・切干し大根・人参・油揚げ・なす	米・トマト・レタス・豚肉・玉ねぎ・ベーコン・じゃが芋・ワンタン・青梗菜・玉ねぎ・干椎茸	中華麺・豚肉・ニラ・もやし・ウインナー

日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
昼食	海の日	ごはん 豚肉のごま味噌焼き ひじき煮 すまし汁 ゼリー	冷やしわかめうどん 春巻き とうもろこし ヨーグルト	シュガーサンド ジャーマンポテト きゅうりスティック スープ フルーツ	ねばねば丼 肉しゅうまい コロコロサラダ みそ汁 フルーツ	夏祭り
午後のおやつ		冷やしやきいも 牛乳	お菓子 牛乳	おいなりさん 麦茶	レアチーズケーキ 麦茶	
食材		米・豚肉・ごま・玉ねぎ・ひじき・絹さや・さつま揚げ・白滝・大豆・人参・もやし	うどん・葱・わかめ・春巻き(冷凍)・とうもろこし	食パン・ウインナー・じゃが芋・玉ねぎ・きゅうり・かぶ・かぶ菜	米・しらす・納豆・オクラ・小葱・しゅうまい(冷凍)・トマト・きゅうり・ちくわ・青梗菜・えのき	

☆世界の料理☆

日付	28日	29日	30日	31日	今年は、毎月1品世界各地の 様々な料理を取り入れていきます。 30日(水)【ホットドッグ】 ホットドッグはアメリカの料理で す。国民食として広く親しまれて います。地域によってさまざまな トッピングがあり、手頃な価格で 楽しんでいます。
昼食	ごはん 豚肉のチャブチェ わかめとしらすの カリカリサラダ フルーツ	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 いそあえ みそ汁 フルーツ	ホットドッグ ポテト コールスローサラダ スープ ゼリー	ごはん 鮭の塩焼き なめたけ和え 炒め野菜のみそ汁 ヨーグルト	
午後のおやつ	ぶどうゼリー 麦茶	お菓子 牛乳	かにかまチーズおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	
食材	米・豚肉・春雨・ピーマン・人参・ 玉ねぎ・コーン・枝豆・しらす・油 揚げ・トマト・わかめ・ほうれん 草・豆腐	米・鶏肉・もやし・人 参・ほうれん草・の り・わかめ・葱	パン・ウインナー・フラ イドポテト(冷凍)・ハ ム・コーン・キャベツ・ 玉ねぎ・ほうれん草	米・鮭・なめたけ・ほう れん草・人参・白菜・ キャベツ・ごぼう・玉ね ぎ・干し椎茸	

