

7月 給食献立表

2025年

日	曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	エネルギー ^{たんぱく質}	
1	火	鶏肉と野菜のうま煮 かぼちゃ男爵コロッケ バナナ	粉 乳 ★ジャムサンド	鶏もも・厚揚げ・脱脂粉乳	さといも・車糖・コロッケ・なたね油 食パン・いちごジャム・マーガリン	れんこん・ごぼう・にんじん・生じたけ 大根・さやいんげん・バナナ	496kcal 20.0g	
2	水	豚肉の生姜焼き ホウレン草の白和え 南瓜のみぞ汁 パイナップル	麦 茶 元気ヨーグルト 星たべよ煎餅	YOGURT 豚ばら・木綿豆腐・麦みそ・油揚げ 煮干し	オリーブ油・車糖・ごま 元気ヨーグルト・甘辛せんべい	ほうれんそう・にんじん・西洋かぼちゃ こねぎ・パインアップル缶詰	404kcal 16.3g	
3	木	白身魚の甘酢あん 春雨サラダ 卵スープ ピーチゼリー	粉 乳 ★バタークッキー	鶏卵・脱脂粉乳	白身魚・かたくり粉・オリーブ油・車糖 普通はるさめ・マヨネーズ・薄力粉 有塩バター	きゅうり・にんじん・たまねぎ すりおろしピーチゼリー	443kcal 18.9g	
4	金	チキンカレー 温野菜 ヤクルト	いちごアイスクリーム 源氏パイ	鶏もも・蒸しかまぼこ・アイスクリーム	じやがいも・オリーブ油・ヤクルト 源氏パイ	にんじん・たまねぎ・福神漬・キャベツ きゅうり・スイートコーン缶詰・ブロッコリー	460kcal 11.4g	
5	土	豚汁 いわしあげ りんごゼリー	牛 乳 ミニメロンパン	豚もも・絹ごし豆腐・麦みそ さつま揚げ・普通牛乳	さといも・じやがいも・オリーブ油 メロンパン	大根・にんじん・たまねぎ・こねぎ・ごぼう ほんしめじ・日本かぼちゃ すりおろしりんごゼリー	366kcal 19.2g	
7	月	鶏の唐揚げ ポテトサラダ 七夕そうめん清汁 七夕ゼリー	粉 乳 ★アップルパイ	YOGURT 鶏もも・ロースハム・煮干し・脱脂粉乳 鶏卵	かたくり粉・なたね油・じやがいも マヨネーズ・そうめん・ひやむぎ こどもの日ゼリー・パイ皮	きゅうり・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・オクラ・りんご角切り	490kcal 21.7g	
8	火	麻婆豆腐 春巻き バナナ	粉 乳 ★ココア蒸しパン	豚ひき肉・絹ごし豆腐・蒸しかまぼこ 麦みそ・脱脂粉乳・普通牛乳	車糖・かたくり粉・春巻・なたね油 ホットケーキミックス・有塩バター	にんじん・たまねぎ・たけのこ・生じたけ こねぎ・バナナ	497kcal 21.3g	
9	水	豚肉と野菜の炒め物 あおさと椎茸の清汁 バナナ	粉 乳 ブッヂンプリン ミニサラダ煎餅	豚もも・厚揚げ・麦みそ・あおさ 煮干し・脱脂粉乳	車糖・オリーブ油・カスター ^{ド プ デ イン} 甘辛せんべい	青ピーマン・なす・さやいんげん・にんじん キャベツ・たまねぎ・こねぎ・生じたけ バナナ	435kcal 24.8g	
10	木	魚の照り焼き キャベツの酢の物 豆腐の味噌汁 ピーチゼリー	粉 乳 ★きな粉ドーナツ	YOGURT かに風味かまぼこ・鶏卵・わかめ 絹ごし豆腐・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・木綿豆腐・普通牛乳 きな粉	白身魚・車糖・なたね油・ごま油 ホットケーキミックス	キャベツ・きゅうり・にんじん・こねぎ すりおろしピーチゼリー	404kcal 25.6g	
11	金	ペーコンクリームシチュー 野菜男爵コロッケ バナナ	粉 乳 ★じゃこトースト	YOGURT ペーコン・脱脂粉乳・しらす エダムチーズ	じやがいも・コロッケ・なたね油 食パン・マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・はくさい・ぶなしめじ ブロッコリー・スイートコーン・西洋かぼちゃ グリンピース・バナナ・キャベツ	482kcal 20.3g	
12	土	肉味噌スパゲッティ チキンナゲット りんごゼリー	牛 乳 スイートポテト	豚ひき肉・麦みそ・普通牛乳	マカロニ・スパ ^ゲ ッティ・車糖・かたくり粉 オリーブ油・チキンナゲット・なたね油 スイートポテト	にんじん・たまねぎ・りょくとうもやし グリンピース・すりおろしりんごゼリー	480kcal 16.4g	
14	月	筑前煮 メンチカツ バナナ	粉 乳 ★フランクソテー	YOGURT 鶏もも・高野豆腐・厚揚げ 蒸しかまぼこ・脱脂粉乳 フランクフルト	さといも・車糖・なたね油・オリーブ油	にんじん・さやいんげん・ごぼう・大根 バナナ	498kcal 24.3g	
15	火	鶏のマリネ焼き リヨネーズポテト きのこスープ パイナップル	粉 乳 ★好み焼き	YOGURT 鶏もも・ペーコン・煮干し・脱脂粉乳 鶏卵・あおのり・かつお節	車糖・オリーブ油・マーガリン じやがいも・薄力粉・ながいも マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・生じたけ ほんしめじ・えのきたけ・こねぎ パインアップル缶詰・キャベツ	403kcal 23.2g	
16	水	人参味噌つくね コールスローサラダ 春雨スープ ピーチゼリー	粉 乳 ★ブルーベリーサンド	豚ひき肉・麦みそ・ロースハム 脱脂粉乳	パン粉・車糖・マヨネーズ 普通はるさめ・ごま・食パン ブルーベリージャム・マーガリン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・きゅうり スイートコーン・生じたけ・こねぎ すりおろしピーチゼリー	454kcal 23.8g	
17	木	白身魚のパン粉焼き 和風スパソテー ^{人參&椎茸スープ} バナナ	粉 乳 ★かぼちゃマドレーヌ	YOGURT ベーコン・煮干し・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳	マヨネーズ・パン粉・白身魚 マカロニ・スパ ^ゲ ッティ・オリーブ油 ホットケーキミックス・車糖・有塩バター	たまねぎ・アスパラガス・にんじん 生じたけ・こねぎ・バナナ・日本かぼちゃ	474kcal 24.8g	
18	金	夏野菜のキーマカレー ごまマヨネーズサラダ ヤクルト	パナップアイスクリーム アンパンマン煎餅	牛ひき肉・豚ひき肉・ロースハム アイスクリーム	水・じやがいも・マヨネーズ・ごま ヤクルト・甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・なす・ズッキーニ にんにく・グリンピース・トマト缶詰 スイートコーン・ほうれんそう・きゅうり	415kcal 12.1g	
19	土	吉野汁 しゅうまい りんごゼリー	牛 乳 ソフトドーナツ	YOGURT 鶏もも・絹ごし豆腐・しゅうまい 普通牛乳	じやがいも・さといも・かたくり粉 ドーナツ	大根・にんじん・えのきたけ・生じたけ りょくとうもやし・西洋かぼちゃ・こねぎ すりおろしりんごゼリー	399kcal 15.4g	
22	火	鶏肉とごぼうの煮物 海老カツ バナナ	粉 乳 ミニクリームパン	YOGURT 鶏もも・厚揚げ・蒸しかまぼこ 脱脂粉乳	さといも・オリーブ油・車糖 えびフライ・なたね油・クリームパン	にんじん・さやいんげん・れんこん・ごぼう 大根・バナナ	456kcal 21.3g	
23	水	海老ピラフ 鶏の唐揚げ ウインナー フライドポテト スパサラダ コンソメスープ メロン	麦 茶 ☆プリンアラモード	YOGURT さくらえび・鶏もも・ウインナー ^{ロースハム・ホイップ} クリーム	オリーブ油・かたくり粉・なたね油 フライドポテト・マカロニ・スパ ^ゲ ッティ マヨネーズ・カスター ^{ド プ デ イン}	グリンピース・スイートコーン缶詰・にんじん きゅうり・たまねぎ・パセリ・メロン・もも	590kcal 22.5g	
24	木	魚の西京焼き 三色和え えのきの清汁 ピーチゼリー	粉 乳 ★マヨコントースト	YOGURT 麦みそ・かに風味かまぼこ・煮干し 脱脂粉乳・ベーコン・エダムチーズ	白身魚・車糖・ごま・食パン オリーブ油・マヨネーズ	ほうれんそう・りょくとうもやし・えのきたけ こねぎ・すりおろしピーチゼリー・スイートコーン	400kcal 27.8g	
25	金	ハヤシライス じやこいり温野菜 ヤクルト	スープカップ ミニサラダ煎餅	YOGURT 豚もも・しらす干し・蒸しかまぼこ アイスクリーム	じやがいも・オリーブ油・ヤクルト 甘辛せんべい	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ グリンピース・キャベツ・きゅうり スイートコーン缶詰	400kcal 12.4g	
26	土	夏まつり	給食はありません。	(ジュース、菓子パンを用意しています。)				
28	月	照り焼きチキン マカロニサラダ たまねぎとわかめのみぞ汁 バナナ	粉 乳 ★キャロットマドレーヌ	YOGURT 鶏もも・鶏卵・ロースハム・わかめ 麦みそ・煮干し・脱脂粉乳・普通牛乳	マカロニ・スパ ^ゲ ッティ・マヨネーズ ホットケーキミックス・有塩バター・車糖	きゅうり・にんじん・ブロッコリー・たまねぎ こねぎ・バナナ	476kcal 24.0g	
29	火	ミートローフ 青じそスパゲッティ オクラ入りコンソメスープ パイナップル	粉 乳 ★ソーセージピザ	YOGURT 牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・普通牛乳 ベーコン・脱脂粉乳・ウインナー ^{エダムチーズ}	パン粉・車糖・マカロニ・スパ ^ゲ ッティ オリーブ油・ピザクラスト	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・しそ オクラ・パインアップル缶詰・青ピーマン	471kcal 26.2g	
30	水	豆腐の揚げボール ちりめん酢の物 大根と人参のみぞ汁 りんごゼリー	粉 乳 ★ツナトースト	YOGURT 鶏ひき肉・むきエビ・木綿豆腐・鶏卵 しらす干し・麦みそ・煮干し 脱脂粉乳・まぐろ缶詰	かたくり粉・なたね油・車糖・食パン マヨネーズ	にんじん・にら・キャベツ・きゅうり・大根 こねぎ・すりおろしりんごゼリー・たまねぎ	405kcal 21.7g	
31	木	魚のごま味噌焼き 金平サラダ 豆腐の清汁 バナナ	粉 乳 ★ホットケーキ	YOGURT 麦みそ・絹ごし豆腐・煮干し 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳 ホイップ クリーム	白身魚・車糖・ごま・マヨネーズ ホットケーキミックス・メープルシロップ 有塩バター	ごぼう・にんじん・きゅうり・スイートコーン缶詰 たまねぎ・こねぎ・バナナ	457kcal 23.5g	

(※このマークの日はご飯はいりません。)

★は手作りおやつです。



・18日(金)クッキング ピザ作り…ひまわり組さん3時のおやつでピザ作りを行う予定です。
・23日(水)お誕生会…お米を0.5合持たせてください。(たんぽぽ・つくし・ひまわり)

