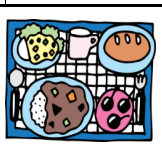
7月　幼児用給食献立表

羽村まつの木保育園

2025年

日	曜日	給食	おやつ
1	火	人参パン、ラザニア風グラタン、ささみとブロッコリーサラダ、きゅうりのピクルス、おくらスープ,パイナップル	たまご炒飯、麦茶
2	水	七夕ランチ（天の川そうめん、松風焼き、短冊サラダ、星ポテト、スイカ）	七夕かきごおり、お菓子・麦茶
3	木	ごまごはん、カレイの唐揚げ、肉じゃが、華風きゅうり、茄子のみそ汁、オレンジ	ピザトースト、麦茶
4	金	ハヤシライス、キャベツとわかめのナムル、トマト、豚肉と押し麦のスープ、バナナ	ヨーグルト、お菓子、麦茶
5	土	冷やしたぬきうどん、鶏肉のマーマレード焼き、トマト、バナナ	麦茶、ビスケット
6	日		
7	月	ごはん、かじきまぐろのBBQソース和え、ひじき入り厚焼きたまご、大根と人参の甘酢和え、キャベツの味噌汁、美生柑	チーズソーセージドック、麦茶
8	火	黒糖ロールパン、タンドリーチキン、スパゲティーサラダ、フライドポテト、コンソメスープ、りんごゼリー	たらこ巻き、麦茶
9	水	わかめごはん、はんぺんフライ、いんげんとささみのゴマネーズ和え、かぼちゃの甘煮、小松菜の味噌汁、メロン	もちもちポンデケージヨ、麦茶
10	木	冷やし中華、春巻き、キャベツのお浸し、スイカ	ブラウニー、牛乳
11	金	切り干し大根ごはん、酢鶏、きゅうりとコーンのサラダ、五目味噌汁、バナナ	信玄プリン、麦茶
12	土	野菜ゴロゴロカレーライス、きゅうりと人参の昆布和え、トマト、豆腐スープ、バナナ	豆乳レモンケーキ、麦茶
13	日		
14	月	フランスパン、鮭のパン粉焼き、ラタトゥイユ、茹でブロッコリー、コーンチャウダー、バナナ	じゃこわかめおにぎり、麦茶
15	火	マーボー豆腐丼、豚バラ大根煮、ほうれん草ともやしのゴマ和え、中華スープ、メロン	やみつきトースト、牛乳
16	水	ごはん、チキン南蛮、ごぼうの味噌煮、トマト、白菜のすまし汁、パイナップル	マーラー風カステラ、牛乳
17	木	タコライス風ごはん、ジャーマンポテト、ボイルブロッコリー、わかめスープ、オレンジ	杏仁フルーツオレンジソースかけ、麦茶
18	金	冷やしたぬきうどん、鶏手羽ハーフの照焼き、茹でとうもろこし、チーズ、トマト、スイカ	ドーナツ、牛乳
19	土	豚丼、粉吹きいも、もろきゅう、油揚げと豆腐の味噌汁、バナナ	ゼリー、お菓子、麦茶
20	日		
21	月		
22	火	ごはん、さばの塩焼き、ひじきとはんぺんの煮物、ツナ入りポテトサラダ、冬瓜の味噌汁、オレンジ	マシュマロおこし、牛乳
23	水	誕生日会（トマトベーコンスパゲティー、チキンカツ、ブロッコリーのチーズ焼き、シーザーサラダ、冷製コーンスープ、スイカ）	ブルーハワイパフェ、麦茶
24	木	ジャムパン、ローストチキン、アスパラガスと人参のソティー、マカロニ炒め、ポトフ、メロン	にゅうめん、麦茶
25	金	大豆メニュー（ごはん、鶏肉の胡麻味噌焼き、茄子の味噌炒め、生揚げのそぼろ煮、大根の味噌汁、ぶどうゼリー）	きつねおにぎり、牛乳
26	土	そうめん、焼き鳥、ポテトサラダ、トマト、バナナ	いちごジャムパン、麦茶
27	日		
28	月	キーマーカレー、人参グラッセ、おくらと卵の炒め物、ズッキニーのスープ、パイナップル	チューペット、さつまいも、麦茶
29	火	冷やしラーメン、焼売、きゅうりの酢の物、バナナ	みそ焼きおにぎり、麦茶
30	水	ふりかけごはん、チキンコーンフレーク揚げ、金平ごぼう、わかめパスタ、豚汁、ヨーグルト	チーズポパイカップケーキ、牛乳
31	木	土用丑の日（サンマの蒲焼き丼、生揚げとじゃが芋のそぼろ煮、つぶれ金時豆煮、きゅうりの昆布和え、なめこ汁メロン）	薄皮饅頭、麦茶

今月の平均　3～5歳児　エネルギー　616 kcal　たんぱく質　24.3 g
脂質　20.1 g　塩分　3.0 g