

令和7年7月

後期食献立表

原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
1(火)	中華丼(軟飯)(豚肉、玉葱、人参、筍、椎茸 白菜、片栗粉、生姜) みそ汁(油揚げ、茄子) 胡瓜の梅おかか和え(胡瓜、梅干し、鰹節) オレンジ	豆乳コーンクリーム スパゲティ (スパゲティ、玉葱 キャベツ、バター クリームコーン、豆乳)	17(木)	麻婆茄子丼(軟飯)(木綿豆腐、豚挽肉、葱、茄子、人参 にんにく、生姜、みそ、片栗粉) スープ(水菜、トマト) 三色ナムル(ほうれん草、もやし、人参、ごま油) バナナ	塩昆布軟飯 (塩昆布)
2(水)	軟飯 清汁(小松菜、きくらげ) 鮭のみそエッグケア焼き(鮭、みそ、エッグケア) ねばねばサラダ (挽き割り納豆、大根、胡瓜、オクラ)和風 バナナ	コーンフレーク (コーンフレーク、豆乳)	18(金)	軟飯 ズッキーニのスープ(ズッキーニ、玉葱、ハム) 白身魚のチーズパン粉焼き (カレイ、卵、小麦粉、パン粉、粉チーズ、ケチャップ) カレー風味サラダ(キャベツ、水煮大豆、コーン ブロッコリー、カレー粉)フレンチ バナナ	きつね軟飯 (油揚げ)
3(木)	カレーチャーハン(軟飯)(鶏挽肉、葱、人参、コーン 赤パプリカ、黄パプリカ、カレールウ) スープ(もやし、筍、万能葱、生姜) 南瓜のチーズ焼き(南瓜、とろけるチーズ) グレープフルーツ	マフィン (小麦粉、バター グラニュー糖、牛乳 ベーキングパウダー)	19(土)	ガーリックピラフ(軟飯)(鶏肉、玉葱、人参、ピーマン にんにく、バター) スープ(えのき、豆苗) グリーンサラダ(レタス、胡瓜、アスパラ)和風 バナナ	紅茶の米粉スコーン (上新粉、片栗粉 ベーキングパウダー 紅茶、オリーブオイル 豆乳)
4(金)	ツナ軟飯(ツナ、エッグケア) ミネストローネ(玉葱、人参、じゃが芋、茄子 にんにく、トマトピューレ、ホールトマト) きのこソテー (チンゲン菜、エリンギ、しめじ、えのき、バター) バナナ	鶏しそ軟飯 (鶏肉、大葉、白ごま 塩昆布、押麦)	22(火)	軟飯 みそ汁(大根、しめじ) 鶏肉の玉葱ソースがけ (鶏肉、玉葱、りんご、片栗粉) 甘酢和え(キャベツ、わかめ、胡瓜) オレンジ	ごまのマーブルケーキ (小麦粉、バター 白ごま、黒ごま、卵 ベーキングパウダー)
5(土)	焼き鶏丼(軟飯)(鶏肉、生姜、キャベツ) みそ汁(さつま芋、玉葱) かぶのサラダ (かぶ、胡瓜、人参、ツナ、ごま油)和風 バナナ	蒸しパン (小麦粉、牛乳 ベーキングパウダー)	23(水)	軟飯 スープ(白菜、人参) 南瓜入りハンバーグ(豚挽肉、パン粉、卵、玉葱 南瓜、ケチャップ、中濃ソース) ブロッコリーサラダ (レタス、ブロッコリー、人参)フレンチ バナナ	ツナおじや (ツナ)
7(月)	七夕ちらし寿司(軟飯)(ハム、人参、絹さや、れんこん かんぴょう、桜でんぶ) スープ(手まり麩、春雨) レタスサラダ(レタス、胡瓜、コーン)和風 バナナ	小倉ケーキ (小麦粉、バター、牛乳 ベーキングパウダー 小豆)	24(木)	鶏肉とパプリカの塩炒め軟飯 (鶏肉、赤パプリカ、黄パプリカ、ピーマン、玉葱) 切干大根のスープ(切干大根、ウインナー、いんげん) りんごのヨーグルトサラダ (キャベツ、胡瓜、りんご、ヨーグルト)エッグケア グレープフルーツ	ニラチーズチヂミ (ニラ、玉葱、人参 小麦粉、片栗粉 ごま油、とろけるチーズ)
8(火)	夕焼け軟飯(人参) みそ汁(ニラ、もやし) 鶏肉じゃが (鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、白滝、だし汁) 酢の物(切干大根、胡瓜、かまぼこ) オレンジ	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉)	25(金)	軟飯 スープ(トマト、豆苗、玉葱) カジキの葱みそ焼き(カジキ、葱、みそ) カツのりサラダ (大根、胡瓜、人参、鰹節、刻みのり)和風 バナナ	カルピス豆乳ゼリー (豆乳、カルピス ゼラチン、パイ みかん)
9(水)	軟飯 スープ(カリフラワー、黄パプリカ) ポークケチャップ (豚ロース肉、ケチャップ、中濃ソース) コールスローサラダ (キャベツ、人参、コーン)エッグケア メロン	ゆかりひじき軟飯 (ゆかり、ひじき、白ごま)	26(土)	茄子のボロネーゼ(スパゲティ、鶏挽肉、玉葱 茄子、にんにく、ケチャップ、ウスターソース 粉チーズ) アスパラごま豆腐 (アスパラ、人参、木綿豆腐、白ごま) バナナ	深川めし(軟飯) (あさり、人参、生姜 万能葱)
10(木)	和風きのこスパゲティ(スパゲティ、鶏挽肉 玉葱、人参、椎茸、しめじ、えのき、刻みのり) もやしと小松菜のごまみそ和え (もやし、小松菜、ハム、白ごま、みそ) グレープフルーツ	フルーツポンチ (みかん、パイ 黄桃、バナナ、寒天 グラニュー糖 オレンジジュース)	28(月)	ベーコンピラフ(軟飯) (ベーコン、玉葱、しめじ、人参、黄パプリカ、バター) スープ(キャベツ、コーン) ズッキーニの温野菜サラダ (じゃが芋、ズッキーニ、ブロッコリー、人参)フレンチ オレンジ	黒糖バナナマフィン (バター、黒糖、卵 牛乳、小麦粉 ベーキングパウダー バナナ)
11(金)	軟飯 みそ汁(冬瓜、油揚げ) 鰹の甘酢和え(鰹、小麦粉、だし汁) 卵の花(おから、ちくわ、人参、椎茸) オレンジ	焼きビーフン (ビーフン、豚肉 もやし、ピーマン キャベツ、人参、ごま油)	29(火)	もろこし軟飯(とうもろこし) みそ汁(なめこ、豆腐) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) ゆかり和え(キャベツ、胡瓜、ゆかり) グレープフルーツ	挽肉ピザ軟飯 (豚挽肉、玉葱、ピーマン トマトピューレ、ケチャップ とろけるチーズ)
12(土)	塩豚そうめん (そうめん、豚肉、人参、椎茸、万能葱、生姜) 南瓜と小松菜のごま和え(南瓜、小松菜、黒ごま) バナナ	鶏そぼろ軟飯 (鶏挽肉)	30(水)	中華風うどん (うどん、豚肉、葱、人参、キャベツ、もやし 玉葱、鶏ガラ、にんにく、生姜、りんご、干し椎茸) 白いんげん豆の甘煮(白いんげん豆) バナナ	なめ茸軟飯 (たくあん、なめ茸)
14(月)	軟飯 みそ汁(舞茸、ほうれん草) のり塩チキン (鶏肉、ごま油、にんにく、青のり、片栗粉) 厚揚げときのこのさっぱり炒め (厚揚げ、えのき、ごま油) バナナ	芋餅 (じゃが芋、片栗粉)	31(木)	軟飯 押麦スープ(押麦、かぶ、オクラ) カジキの焼き浸し(カジキ、しめじ) 切干大根のバリバリサラダ(切干大根、胡瓜 人参、油揚げ、白ごま、みそ)エッグケア バナナ	ココア豆乳プリン (ココア、豆乳 ゼラチン)
15(火)	ハヤシライス(軟飯)(豚肉、玉葱、人参、マッシュルーム ハヤシルウ、ケチャップ、ホールトマト、中濃ソース バター、小麦粉) オクラと寒天のサラダ (レタス、オクラ、糸寒天、人参)和風 グレープフルーツ	ココアマフィン (小麦粉、バター、牛乳 グラニュー糖、ココア ベーキングパウダー)			
16(水)	冷やしおろしうどん (うどん、ささみ、葱、人参、胡瓜、大根、わかめ) スイートポテトサラダ (さつま芋、人参、胡瓜、レーズン)エッグケア オレンジ	中華おじや (もち米、焼豚、葱 干し椎茸、筍、にんにく ごま油)			