

2025年度 7月 給食予定献立表

2025年7月

つくし保育園

曜日	日付	献立名	主な材料名			おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
月	7	たなぼたそうめん おほしさまハンバーグ たんざくサラダ	そうめん、油、三温糖、 ごま油、○小麦粉、○ きび糖、○ごま油	豚肉、牛肉、卵、○牛 乳、○豆乳、	たまねぎ、にんじん、オクラ、 きゅうり、だいこん、ねぎ、にん にく	○カルシウムせんべい ○みそおしパン ○ぎゅうにゅう
火	1 29	バターポークカレー とうふとひじきのサラダ やさしいコーンスープ	米、バター、三温糖、油 (29日)○きび糖	豆乳、豚肉、豆腐、牛 乳、ヨーグルト (29日)○豆乳	たまねぎ、トマト、コーン、フ ロココリー、にんじん、えのきた け、チンゲンサイ、レモン、ひじ き (1日)○すいか (29日)○セラチン	○せんべい (1日・フルールびらき) ○すいか、○おぎちゃ (29日) ○とうにゅうプリン ○おぎちゃ
	15	キーマカレーサンド とうふとひじきのサラダ コーンクリームスープ	食パン、○きび糖、油、 片栗粉、三温糖	○豆乳、豆腐、豚肉、 豆腐	たまねぎ、コーン、にんじん、フ ロココリー、ピーマン、干しぶど う、レモン、○粉かんでん、しょ うが、にんにく、ひじき	○せんべい ○とうにゅうプリン ○おぎちゃ
水	2 16 30	ジャージャーめん トマトとおくらの しらすあえ はるさめごもくスープ	中華めん、三温糖、は るさめ、片栗粉、油、ご ま油 (2日・16日)○食パン (30日)○バター、○小 麦粉、○砂糖	豚肉、しらす干し (2日・16日)○牛乳 (30日)○生クリー ム、○卵	トマト、たまねぎ、にんじん、 きゅうり、オクラ、ピーマン、 コーン、えのきたけ、チンゲン サイ (2日・16日) ○ブルーベリージャム (30日)○みかん缶、○もも 缶、バナナ	○カルシウムせんべい (2日・16日) ○ブルーベリージャムサンド ○ぎゅうにゅう (30日) ○おたんじょうびケーキ ○おぎちゃ
		3 17 31	しよくパン なつやすみの スパニッシュオムレツ かぼちゃレーズンサラダ トマトスープ	○米、食パン、じゃがい も、○ごま油、バター、 オリーブ油	卵、チーズ、ベーコン、 おから	トマト、かぼちゃ、たまねぎ、チ ンゲンサイ、きゅうり、ズッキー ニ、赤ピーマン、黄ピーマン、 なす、えのきたけ、干しぶど う、○こんぶ
金	4 18	といてんどん おくらうめあえ なめこととうふのみそしる	米、小麦粉、片栗粉、 油、三温糖、砂糖、○小 麦粉、○バター	鶏肉、豆腐、かつお 節、○牛乳、○豆腐	もやし、オクラ、きゅうり、なめ こ、ねぎ、葉ねぎ、うめ干し、 ○えだまめ	○ごまスティック ○えだまめスコーン ○ぎゅうにゅう
月	14	<おべんとうきゅうしよく> ごはん、ポークハヤシ、エビフライ、ごぼうサラダ、フチシュー				○せんべい ○マドレーヌ ○おぎちゃ
	28	ごはん たちうおの こんぶしょうゆやき ごまつなのびたし とうがんにじる	米、○小麦粉、○きび 糖、○ごま油	たちうお、○牛乳、豆 腐、○豆乳、油揚げ	とうがん、ごまつな、にんじん、 ねぎ、こんぶ、わかめ	○ごまスティック ○みそおしパン ○ぎゅうにゅう
火	8 22	ハヤシライス キャベツとツナのサラダ とうふのくずあんスープ	めし、○三温糖、片栗 粉、オリーブ油、三温糖	○牛乳、豆腐、牛肉、 ツナ	○オレンジ、たまねぎ、にんじ ん、キャベツ、マッシュルーム、 ほうれんそう、きゅうり、ねぎ、 レモン、○かんでん	○せんべい ○オレンジゼリー ○ぎゅうにゅう
水	9 23	シーフードスパゲティ フロココリーとチーズのサラ ダ かぼちゃのポタージュ	スパゲティ、○焼きそば めん、○ロールパン、バ ター、○油、油	牛乳、あさり、えび、 ベーコン、○豚肉、 チーズ	かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、フ ロココリー、えのきたけ、○キャ ベツ、赤ピーマン、コーン、○ もやし、○にんじん、○たまね ぎ、にんにく、○あおのり	○カルシウムせんべい ○やきそばパン ○おぎちゃ
木	10 24	ロールパン やさしいコロッケ きゅうりのツナサラダ ほうれんそうの かきたまじる	○米、ロールパン、じゃ がいも、○バター、油、 小麦粉、パン粉、片栗 粉、三温糖	豚肉、ツナ、卵、牛肉	○コーン、きゅうり、ほうれんそ う、ねぎ、たまねぎ、にんじん、 コーン、レモン、グリーンピース	○クラッカー ○バターコーンおにぎり ○おぎちゃ
金	11 25	わかめごはん あじのかおいやき わふうポテトサラダ けんちんじる	米、○フランスパン、 じゃがいも、ごま油、 油、三温糖	あじ、豆腐、ツナ、油 揚げ、○チーズ、かつ お節	だいこん、にんじん、ごぼう、 きゅうり、ねぎ、たまねぎ、にん にく	○ごまスティック ○チーズラスク ○おぎちゃ

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しいただくようお願い致します。