

令和7年7月献立表

二川保育園(内藤作成)

日	曜	未満児主食	昼食	午後のおやつ	赤色	黄色	緑色	
		以上児/未満児kcal	(☆未満児 ★以上児)	(☆未満児午前 ♪手作り)	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
14	月	ごはん 500/461kcal	ほっけの塩焼き そぼろ和え 切干大根のみそ汁	♪ぶどうゼリー 麦茶 おせんべい ☆バナナスムージー(14日)	ほっけ 鶏肉 油あげ	ごはん	ねぎ 胡瓜 小松菜 もやし 玉ねぎ 切り干し大根 人参 なす ぶどう	
28		夏まつり:トマトとツナの Pasta						
1	火	コッペパン 534/532kcal	鶏肉のトマト煮込み マカロニサラダ オクラのスープ	マシュマロクラッカー 牛乳 オレンジ ☆牛乳 ビスケット(1・15日)	鶏肉 ハム	パン マカロニ	玉ねぎ 人参 ズッキーニ なす えのき 胡瓜 レタス オクラ オレンジ トマト	
29		夏まつり:麻婆豆腐丼 (1日きく組:サラダそうめん)		(15日さくら組:もちもちドーナツ)				
2	水	冷やしうどん 571/529kcal	もろこし入りたまご焼き 梅和え	♪昆布おにぎり 牛乳 キウイフルーツ ☆ヨーグルト	卵 塩昆布 ツナ 青のり わかめ かつお節	ごはん 天かす うどん	小ねぎ 胡瓜 もやし 梅 玉ねぎ とうもろこし 人参 キウイフルーツ	
3	木	ごはん 484/441kcal	鮭のみそマヨ焼き 炒り卵のサラダ なすのすまし汁	♪ポロネーゼ 牛乳 バナナ ☆スティックパン	卵 豚肉 ツナ 鮭 チーズ	ごはん ペンネ	玉ねぎ 人参 レタス トマト 胡瓜 しめじ えのき もやし なす ねぎ バナナ	
4	金	ごはん 615/499kcal	トマトハヤシ レタスのサラダ キウイフルーツ・チーズ (18日ふじ組:夏野菜カレー・サラダ)	♪ココアスティックパン 牛乳 オレンジ ☆きなこミルク	豚肉 ごま 卵	ごはん パン	玉ねぎ 人参 トマト レタス 胡瓜 なす トマト キウイフルーツ オレンジ とうもろこし	
5	土	ポークチャップ丼 462/430kcal	もやしのツナ和え わかめスープ	♪フレンチトースト 牛乳 バナナ ☆☆おかし	わかめ ツナ 豚肉 卵	ごはん パン	もやし 玉ねぎ 人参 胡瓜 バナナ	
7	月	七夕給食★ トマトピラフ 580/553kcal	七夕シチュー 星空サラダ バナナ	♪七夕おやつ 麦茶 ビスケット ☆ヨーグルト	鶏肉 ごま	ワンタンの皮 ごはん	人参 玉ねぎ かぼちゃ オクラ レタス もやし バナナ りんご トマト 胡瓜	
8	火	ごはん 545/482kcal	かれいの香味焼き オクラとトマトの酢の物 豆腐のすまし汁	♪ジャムパイ 牛乳 パイナップル ☆ココア	かれい 豆腐 わかめ	ごはん パイ皮	しょうが しそ ねぎ オクラ もやし 胡瓜 えのき パイナップル トマト 玉ねぎ 人参	
9	水	タコライス 529/456kcal	豆腐チャンプルー 夏の彩りスープ	♪カルピスポンチ 麦茶 おせんべい ☆チーズ	豚肉 卵 豆腐 かつお節 チーズ ハム	ごはん コーンフレーク	ゴーヤ トマト とうもろこし 人参 玉ねぎ ズッキーニ もやし レタス バナナ みかん缶 パイナップル	
10	木	ごはん 589/531kcal	あじの梅おろし焼き オクラの磯和え 冬瓜のみそ汁	♪ほうとうかりんとう 牛乳 オレンジ ☆きなこミルク	あじ 海苔 油あげ きなこ	ごはん ほうとう	玉ねぎ 人参 大根 梅 なす もやし オクラ 冬瓜 胡瓜 えのき オレンジ	
25	金	ごはん 521/477kcal	チキンカレー ジーザーサラダ チーズ・ひとくちゼリー (25日すみれ組:納豆サラダ)	♪麩のラスク 牛乳 バナナ ☆スティックパン	鶏肉 ベーコン チーズ きなこ 卵	ごはん コーンフレーク 麩 パン	トマト 玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 しめじ ズッキーニ バナナ りんご とうもろこし なす かぼちゃ	
12	土	サンドイッチ 536/452kcal	魚肉ソーセージ コーンスープ バナナ・チーズ	ヨーグルト 麦茶・おせんべい ☆☆おかし	卵 ツナ チーズ 魚肉ソーセージ		コーン 玉ねぎ バナナ	
11	金	★誕生会 お楽しみ給食★						



※献立内の青色は食育カレンダーの給食を提供します。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※1日はきく組がサラダそうめん、15日はさくら組がもちもちドーナツ、18日はふじ組が夏野菜カレー・サラダ

25日はすみれ組が納豆サラダを作ります。

※28・29日は夏まつりで午前中のおやつに1日目(なんちゃってたこ焼き・かき氷・ポテト)2日目(焼きそば・ジュース・ポップコーン)を食べる為、メニューを変更します。

2日「うどんの日」うどん大国、香川県が制定。半夏生という季節の節目(農業の区切り)にうどんを食べる風習が由来となっています。この日にうどんを食べることで夏の疲れをいやし豊作を祈願する意味もあります。

冷やしうどんを提供します。

10日「冬瓜の日」「なつはとうがん」の語呂合わせからきています。冬瓜は夏に収穫され水分量と栄養価が優れており、夏バテや暑さ対策に効果的とされています。冬瓜のみそ汁を提供します。

14日「ゼリーの日」ゼリーに使われているゼラチンを国内需要を促進するため日本ゼラチン・コラーゲンペプチド会が制定。またゼラチンはフランス菓子や料理に使用されることからフランス革命の日としたそうです。ぶどうゼリーを提供します。ぶどうは刻んでゼリーに入れます。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。