

令和7年度  
7月

献立表

新川北保育園

| 月   | 火  | 水   | 木   | 金   | 土   |
|---|--|---|---|---|---|
| <b>例</b>  | <b>1</b><br>バターロール<br>ほうれん草ポタージュ<br>豚肉のマーマレード焼き<br>キャベツと人参のサラダ<br>バナナ(午前果物)                  | <b>2</b><br>ごはん<br>味噌汁(切干大根・しめじ)<br>大豆かき揚げ<br>小松菜お浸し<br>パイナップル(午前果物)                        | <b>3</b><br>ごはん<br>味噌汁(水菜・麩)<br>ビビンバ<br>大根のり和え<br>オレンジ(午前果物)                            | <b>4</b><br>ごはん<br>豆乳味噌汁(小松菜・玉葱)<br>たらの香味焼き<br>ほうれん草の納豆和え<br>バナナ(午前果物)                | <b>5</b><br>味噌うどん<br>もやししめじ炒め<br>オレンジ(午前果物)                   |
| <b>3時のおやつ</b>   | 牛乳・ごはんの味噌おやき   | ヨーグルト・鉄強化菓子   | 牛乳・ミルククッキー  | 牛乳・ジャージャー麺  | 牛乳・せんべい   |
| <b>7</b><br>ごはん<br>味噌汁(生揚げ・ほうれん草)<br>鶏肉のさっぱり煮<br>キャベツと人参のツナ和え<br>グレープフルーツ(午前果物)<br>牛乳・ビスケット         | <b>8</b><br>ごはん<br>麦茶<br>トマトカレー<br>白菜わかめ和え<br>バナナ(午前果物)<br>麦茶・鉄強化チーズ・せんべい                    | <b>9</b><br>ごはん<br>味噌汁(小松菜・もやし)<br>豆腐のツナ揚げ<br>ブロッコリー中華和え<br>パイナップル(午前果物)<br>牛乳・米粉のチーズマドレーヌ  | <b>10</b><br>ふりかけごはん<br>味噌汁(さつま芋・長葱)<br>鶏肉のごま味噌焼き<br>切干大根炒め煮<br>キウイ(午前果物)<br>牛乳・アップルケーキ | <b>11</b><br>わかめラーメン<br>南瓜のグラッセ風<br>トマト<br>バナナ(午前果物)<br>牛乳・メロンパン                      | <b>12</b><br>和風スープスパゲティ<br>じゃがいも味噌煮<br>オレンジ(午前果物)<br>牛乳・ビスケット |
| <b>14</b><br>ごはん<br>味噌汁(豆腐・チンゲン菜)<br>豚肉の生姜焼き<br>青のりポテト<br>グレープフルーツ(午前果物)<br>牛乳・チーズパン                | <b>15</b><br>バターロール<br>ほうれん草ポタージュ<br>豚肉のマーマレード焼き<br>キャベツと人参のサラダ<br>バナナ(午前果物)<br>牛乳・ごはんの味噌おやき | <b>16</b><br>ごはん<br>味噌汁(切干大根・しめじ)<br>大豆かき揚げ<br>小松菜お浸し<br>パイナップル(午前果物)<br>ヨーグルト・鉄強化菓子        | <b>17</b><br>ごはん<br>味噌汁(水菜・麩)<br>ビビンバ<br>大根のり和え<br>オレンジ(午前果物)<br>牛乳・ミルククッキー             | <b>18</b><br>ごはん<br>豆乳味噌汁(小松菜・玉葱)<br>たらの香味焼き<br>ほうれん草の納豆和え<br>バナナ(午前果物)<br>牛乳・ジャージャー麺 | <b>19</b><br>味噌うどん<br>もやししめじ炒め<br>オレンジ(午前果物)<br>牛乳・せんべい       |
| <b>21 海の日</b><br> | <b>22</b><br>ごはん<br>麦茶<br>トマトカレー<br>白菜わかめ和え<br>バナナ(午前果物)<br>牛乳・スイートパンプキン                     | <b>23</b><br>ごはん<br>味噌汁(小松菜・もやし)<br>豆腐のツナ揚げ<br>ブロッコリー中華和え<br>パイナップル(午前果物)<br>牛乳・米粉のチーズマドレーヌ | <b>24</b><br>ふりかけごはん<br>味噌汁(さつま芋・長葱)<br>鶏肉のごま味噌焼き<br>切干大根炒め煮<br>キウイ(午前果物)<br>牛乳・アップルケーキ | <b>25</b><br>わかめラーメン<br>南瓜のグラッセ風<br>トマト<br>バナナ(午前果物)<br>牛乳・メロンパン                      | <b>26</b><br>和風スープスパゲティ<br>じゃがいも味噌煮<br>オレンジ(午前果物)<br>牛乳・ビスケット |
| <b>28</b><br>ごはん<br>味噌汁(豆腐・チンゲン菜)<br>豚肉の生姜焼き<br>青のりポテト<br>グレープフルーツ(午前果物)<br>牛乳・チーズパン                | <b>29</b><br>ごはん<br>味噌汁(ほうれん草・大根)<br>ほっけの味噌焼き<br>春雨サラダ<br>バナナ(午前果物)<br>牛乳・ナポリタン              | <b>30</b><br>ごはん<br>味噌汁(南瓜)<br>すき焼き風煮<br>きゅうりのおかか和え<br>パイナップル(午前果物)<br>牛乳・ビスケット             | <b>31 誕生会</b><br>ごはん<br>豚汁<br>カレイのフリット<br>春雨サラダ トマト<br>果物2種<br>アイスクリーム・ウエハース            |  |   |

☆1～2歳児：午前おやつに牛乳と果物を提供します。  
☆献立は入荷の都合により変更する場合があります。