



7月 予定献立表

施設名：巨勢保育園

令和7年7月1日

日付	曜日	昼食	3時おやつ	未満児追加食		つぼみ献立
				10時	昼食	
1日	火曜	麦ご飯 鶏肉のピカタ ひじき煮 すまし汁 いりこ	フルーツゼリー	牛乳	しらすと胡瓜の和え物	お粥 鶏肉煮 ひじき煮 スープ フルーツ
2日	水曜	麦ご飯 魚のバター醤油焼き トマトと胡瓜の酢の物 味噌汁 いりこ	牛乳 バナナ	牛乳	炒り豆腐	お粥 煮魚 和え物 味噌汁 フルーツ
3日	木曜	枝豆としらすのご飯 鶏肉のさっぱり煮 レタスとわかめの和え物 すまし汁 フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	チーズ	お粥 鶏肉煮 和え物 スープ フルーツ
4日	金曜	麦ご飯 魚のカレー照焼き ジャが芋煮 すまし汁 いりこ	牛乳 とうもろこし	牛乳	おくらと和え物	お粥 煮魚 芋煮 スープ フルーツ
5日	土曜	冷やしうどん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	魚の照り焼き	うどん フルーツ
7日	月曜	お誕生会 セタ井 魚の唐揚げ風 キャベツのごま和え すまし汁 フルーツ ゼリー	牛乳 バナナ	牛乳	南瓜煮	お粥 煮魚 和え物 スープ フルーツ
8日	火曜	麦ご飯 豆腐ハンバーグ ひき肉と春雨のソテー すまし汁 いりこ	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳	きゅうりのサラダ	お粥 肉団子 和え物 スープ フルーツ
9日	水曜	麦ご飯 魚の磯辺揚げ オクラの和え物 味噌汁 いりこ	スキムヨーグルト	牛乳	炒り卵	お粥 煮魚 和え物 味噌汁 フルーツ
10日	木曜	チャーハン 魚のにんにく風味焼き 野菜添え わかめスープ フルーツ	スキムミルク お菓子	牛乳	芋煮	お粥 煮魚 和え物 スープ フルーツ
11日	金曜	クリームパン 鶏肉の照り焼き マカロニソテー スープ フルーツ	オレンジムース	牛乳	キャベツの和え物	お粥 鶏肉煮 野菜和え スープ フルーツ
12日	土曜	夏 祭 り				
14日	月曜	丸パン 鮭のマヨネーズ焼き レタスサラダ スープ フルーツ	スキムミルク バナナ	牛乳	マッシュポテト	お粥 煮魚 野菜煮 スープ フルーツ
15日	火曜	麦ご飯 ココット蒸し 春雨の中華和え すまし汁 いりこ	牛乳 南瓜スコーン	牛乳	魚の照り焼き	お粥 鶏肉煮 野菜煮 スープ フルーツ
16日	水曜	麦ご飯 魚のごま揚げ風 豚肉となすの味噌炒め すまし汁 いりこ	牛乳 お菓子	牛乳	きゅうりの和え物	お粥 煮魚 野菜煮 スープ フルーツ
17日	木曜	わかめご飯 鶏肉の生姜焼き 野菜添え すまし汁 フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	スクランブル エッグ	お粥 鶏肉煮 野菜煮 スープ フルーツ
18日	金曜	麦ご飯 魚の蒲焼 大豆と昆布煮 味噌汁 いりこ	フルーツポンチ	牛乳	野菜ソテー	お粥 煮魚 野菜煮 味噌汁 フルーツ
19日	土曜	クリームスパゲッティ フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	トマトサラダ	肉うどん フルーツ
21日	月曜	海 の 日				
22日	火曜	ジャムパン 魚のチーズ焼き 野菜添え スープ フルーツ	おにぎり	牛乳	南瓜煮	お粥 煮魚 南瓜煮 スープ フルーツ
23日	水曜	麦ご飯 鶏肉の味噌焼き 切干大根煮 すまし汁 いりこ	牛乳 お菓子	牛乳	トマトとおくらの 和え物	お粥 鶏肉煮 野菜煮 スープ フルーツ
24日	木曜	ポークカレー 卵サラダ フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	豆腐煮	お粥 鶏肉煮 和え物 スープ フルーツ
25日	金曜	麦ご飯 魚の煮つけ 白和え すまし汁 いりこ	牛乳 レモンケーキ	牛乳	マカロニソテー	お粥 煮魚 野菜煮 スープ フルーツ
26日	土曜	ラーメン フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	魚の煮付け	具たくさんうどん フルーツ
28日	月曜	食パン 魚のカレームニエル コールスローサラダ スープ フルーツ	牛乳 バナナ	牛乳	チーズ	お粥 煮魚 野菜煮 スープ フルーツ
29日	火曜	麦ご飯 鶏肉の唐揚げ風 ナムル すまし汁 いりこ	ミルクもち	牛乳	豚肉と茄子の 炒め物	お粥 鶏肉煮 和え物 スープ フルーツ
30日	水曜	麦ご飯 ぎせい豆腐 南瓜煮 すまし汁 いりこ	牛乳 お菓子	牛乳	きゅうりのごま和え	お粥 炒り豆腐 野菜煮 スープ フルーツ
31日	木曜	ピラフ 魚のラビゴットソース オクラの和え物 スープ フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	じゃが芋煮	お粥 煮魚 和え物 スープ フルーツ

7月7日は七夕です。子供たちが短冊に書いた願い事が届くといいですね🎋 保育園では七夕井を作りたいと思います。

七夕井・材料
 ご飯 2合
 鶏ミンチ 200g
 大人2人 醤油 大さじ2 砂糖 大さじ2
 子ども2人分 卵 3〜4個くらい・砂糖 大さじ1
 ピンクのでんぷ ・人参(星形に型抜き)

- ①鶏ミンチはパラパラに炒めしょうゆと砂糖で味つけをする。
- ②卵は砂糖を混ぜて、パラパラに炒める。
- ③人参は星形に型抜きをしてゆでる。
- ④どんぶりに①と②をのせる、その上にピンクのでんぷをふりかけ星形の人参をかざる。

保育園のイン
 タグラムもごら
 んください。