

7月行事・献立予定

令和7年度

ふたば保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料は除く）	3歳未満児朝のおやつ	3時のおやつ
1	火		御飯 揚げ餃子 レタスのドレッシングサラダ ベーコンスープ パナナ	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 レタス きゅうり 人参 ツナ 玉ねぎ 人参 ベーコン にら パナナ	豆乳 塩せんべい	牛乳 ビスケット フルーン
2	水	歯磨き栄養指導(以)	御飯 キャベツと豚肉の味噌炒め フライドごぼう 豆腐スープ パイン	米 キャベツ 豚肉 パプリカ ねぎ にんにく 生姜 ごぼう 豆腐 小松菜 ねぎ パイン	牛乳 パナナ	牛乳 フレンチトースト
3	木		御飯 レバーの中華漬け 野菜のドレッシングサラダ なすの味噌汁 オレンジ	米 豚レバー 卵 きゅうり 人参 コーン レタス なす 玉ねぎ 油揚げ オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 マッシュロサンド
4	金		御飯 白身魚のマリネ ごぼうのごま風味サラダ キャベツの味噌汁 パナナ	米 赤魚 玉ねぎ 人参 ごぼう きゅうり レタス いりごま キャベツ えのき 油揚げ パナナ	牛乳 ポーロ	牛乳 きらす揚げ
5	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース クラッカー
7	月	七夕まつり	御飯 いろどりソーメン お皇さまコロッケ パプリカの味噌炒め メロン	米 そうめん きゅうり 人参 もやし しいたけ 卵 じゃが芋 豚肉 鶏肉 玉ねぎ 赤黄パプリカ 豚肉 メロン	牛乳 野菜かりんとう	天の川ゼリー カルシウムウエハース
8	火	身体測定(以)	御飯 コーンフレックチキン ほうれん草のしらす和え キャロットスープ パナナ	米 鶏肉 コーンフレック ほうれん草 もやし パプリカ しらす かつお節 人参 玉ねぎ じゃが芋 コーン 豆乳 パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 黒ごまラスク
9	水	交通安全の日 身体測定(未) バス遠足(きりん)	御飯 鶏肉のにんにく醤油煮 添え菜 刻み昆布の煮物 かぼちゃとトマトのミルクスープ パイン	米 鶏肉 玉ねぎ にんにく レタス 刻み昆布 人参 しいたけ 油揚げ いんげん かぼちゃ トマト 玉ねぎ バター 牛乳 パイン	ヨーグルト	牛乳 フライドポテト
10	木		御飯 冷しゃぶ たらこじゃが芋 卵とわかめの味噌汁 パナナ	米 豚肉 きゅうり レタス ビーマン トマト パプリカ たらこ じゃが芋 卵 わかめ 人参 ねぎ パナナ	オレンジゼリー	牛乳 さかなっこ
11	金	プール指導(ぞう)	御飯 焼き魚 納豆和え きのこの味噌汁 オレンジ	米 鮭 納豆 ひき肉 人参 ねぎ 人参 えのき しめじ わかめ ねぎ オレンジ	牛乳 クッキー	ホワイトボンチ
12	土				牛乳 せんべい	みかんジュース ソフトあられ
14	月		御飯 ほうれん草とベーコンのスパゲティ ブロッコリーの梅おかか和え にら玉スープ グレープフルーツ	米 スパゲティ 玉ねぎ ベーコン なす 人参 法蓮草 にんにく ブロッコリー 梅 かつお節 にら 玉ねぎ えのき 卵 グレープフルーツ	豆乳 ポーロ	牛乳 かみかみビスケット
15	火	年長児交流会(ぞう) バス遠足(ばんだ)	御飯 関東煮 はりはり漬け わかめの味噌汁 オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 さつま揚げ 冬瓜 じゃが芋 人参 切干大根 人参 小松菜 ごま 玉ねぎ わかめ ねぎ オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 黒糖蒸しパン
16	水	運動教室(きりん)	御飯 鱈の揚げ漬け風 キャベツの和え物 もやしの味噌汁 パイン	米 鱈 キャベツ きゅうり 人参 もやし 小松菜 人参 パイン	牛乳 パナナ	牛乳 わらび餅風ゼリー
17	木	運動教室(ばんだ)	御飯 なすのオペラ風 りっちゃんサラダ もずくのすまし汁 オレンジ	米 豚肉 鶏肉 玉ねぎ にんにく トマト なす チーズ きゅうり キャベツ トマト 人参 ハム コーン 刻み昆布 かつお節 もずく ねぎ 卵 オレンジ	牛乳 サンドビスケット	フルフルデザート
18	金	食育の日	御飯 ★豚肉のバーベキューソース ブロッコリーのツナサラダ トマトと卵のスープ パナナ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン りんご ケチャップ しょうゆ ブロッコリー 人参 コーン トマト 卵 ベーコン 玉ねぎ パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 パインゼリー
19	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース クラッカー
22	火		御飯 冷やし中華 しゅうまい なすの煮物 お魚ふりかけ オレンジ	米 中華麺 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 ごま 豚肉 玉ねぎ 葱 ねぎ しいたけ 生姜 なす 豚肉 小魚 のり ごま オレンジ	牛乳 パナナ	豆乳 塩せんべい
23	水	ちびっこ夏祭り	御飯 野菜カレー トマトときゅうりのサラダ チーズ パナナ	米 鶏肉 じゃが芋 かぼちゃ なす 玉ねぎ ビーマン トマト きゅうり ハム チーズ パナナ	ヨーグルト	以上児：かき氷 未満児：ゼリー
24	木	避難訓練	御飯 鶏肉のから揚げ マカロニサラダ 麩のすまし汁 パイン	米 鶏肉 生姜 にんにく マカロニ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 玉ねぎ えのきたけ 人参 小松菜 麩 ねぎ パイン	牛乳 ポーロ	牛乳 バターサンド
25	金	誕生会 町長との給食交流会 (以)	おめでとうバイキング	米 しらす 青菜 スパゲティ 豚肉 生姜 ブロッコリー キャベツ 人参 ハム きゅうり コーン すいか	飲むヨーグルト	プリンアラモード
26	土				牛乳 塩せんべい	オレンジジュース ソフトあられ
28	月		御飯 ラーメン 根菜の煮物 小魚の佃煮 パナナ	米 中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ 大根 人参 ごぼう しめじ 鶏肉 いんげん 小魚 ごま パナナ	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい
29	火		御飯 鮭のパン粉焼き 切干大根の煮物 モロヘイヤスープ メロン	米 鮭 パセリ 切干大根 人参 いんげん 油揚げ モロヘイヤ 玉ねぎ しめじ ベーコン メロン	牛乳 クラッカー	アイスクリーム
30	水		御飯 ハヤシライス ブロッコリーのおかか和え チーズ パイン	米 牛肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 しめじ コーン パセリ ブロッコリー 人参 かつお節 ひじき チーズ パイン	ヨーグルト	牛乳 みかんゼリー
31	木		御飯 コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ オレンジ	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 卵 キャベツ ハム コーン チーズ きゅうり 人参 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 甘辛せんべい

おめでとうランチ・・・おにぎり スパゲティ かりん揚げ ホイル野菜のドレッシングサラダ ゆでとうもろこし すいか

食育の日のサンプル展示は1歳児です。1歳児の主食（ご飯）の量は70gです。

今月の果物は、グレープフルーツ・バナナ・メロン・パイン・すいか・オレンジを予定しています。

都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。