令和７年度　７月　献立予定表

	げつようび 月	かようび 火	すいようび 水	もくようび 木	きんようび 金	どようび 土
午前おやつ		1 くだもの	2 おかし	3 ヨーグルト	4 くだもの	5
昼食		なつやさいのにくみそあんかけ オクラのなっとうあえ そうめんじる	トマトとひきにくのチーズたまごやき カレーふうみポテトサラダ やさいスープ・くだもの	ダイズとほしえびのシソふうみあげ ホウレンソウとササミのごまずあえ わかめのみそしる	とりにくのうめみそてりやき モロヘイヤとながいものいそあえ けんちんじる・くだもの	《　保育参観日　》
午後おやつ		こくとうむしパン ぎゅうにゅう(100)　444 kcal	フルーチェ カルシウムせんべい　449 kcal	おやつパン ぎゅうにゅう(100)　426 kcal	おかし 牛乳(100)　389 kcal	
午前おやつ	7 ヨーグルト≪七夕集会≫	8 おかし	9 くだもの	10 おかし	11 くだもの	12
昼食	たなばたカレー そうめんサラダ たまごスープ・くだもの	わふうハンバーグ ジャーマンポテト やさいスープ	かつおのあげづけ きりぼしだいこんのにもの きゃべつのみそしる	なつやさいミートグラタン いんげんとブロッコリーのおかかあえ コーンのスープ	はっぽうさい きゅうりともやしのナムル みそスープ・くだもの	《　お弁当の日　》
午後おやつ	たなばたゼリー せんべい　409 kcal	ゆでとうもろこし ぎゅうにゅう(100)　421 kcal	チャーハン ぎゅうにゅう(100)　433 kcal	あげパン ぎゅうにゅう(100)　454 kcal	おかし ミニジョア　430 kcal	
午前おやつ	14 カルシウムせんべい	15 ヨーグルト≪おむすびの日≫	16 くだもの	17 おかし	18 くだもの≪ほかほかごはんの日≫	19 おかし≪土用の丑の日≫
昼食	さかなのマッシュポテトやき きりぼしナポリタン ぶたにくとおしむぎのスープ	とりカツ・くだもの コールスローサラダ オクラとかぼちゃのみそしる	とうふとあおなのチャンプルー なすとトマトのしおこんぶあえ いわしのつみれじる	ミートローフ あげやさいサラダ わかめときのこのスープ	しんじゃがコロッケ キャベツのレモンあえ モロヘイヤのスープ・くだもの	ひやしちゅうか くだもの ヨーグルト
午後おやつ	カルピスポンチ　468 kcal	どらやき ぎゅうにゅう(100)　470 kcal	じゃじゃめん ぎゅうにゅう(100)　428 kcal	おふのレモンラスク ぎゅうにゅう(100)　457 kcal	おかし ミニジョア　431 kcal	希望保育のみ おやつ持参
午前おやつ	21	22 おかし	23 くだもの	24 ミニパン	25 ミニジョア	26
昼食	【　海の日　】	あかうおのしおやき かわりごもくに みそしる	からあげ・くだもの トマトともずくとところてんのあえもの チンゲンサイのちゅうかスープ	じゃがいもとえだまめのたまごやき ごぼうのみそに すましじる	《 縁日給食 》	《　お弁当の日　》
午後おやつ		コーンパン ぎゅうにゅう(100)　436 kcal	ごまみそだんご ぎゅうにゅう(100)　450 kcal	ちんすこう ぎゅうにゅう(100)　486 kcal	おかし ぎゅうにゅう(100)	
午前おやつ	28 おかし	29 くだもの	30 ミニジョア	31 ヨーグルト≪土用の丑の日≫		
昼食	れいしゃぶのごまだれ ビーフンいため かきたまじる	たまごとむきえびのいためもの ラタトゥイユ あおなのスープ	あげどりのちゅうかマリネ ブロッコリーのゆかりあえ ミネストローネ	アジのかばやき ごもくなっとう きんぴらみそしる・果物		
午後おやつ	シュガートースト ぎゅうにゅう(100)　422 kcal	メープルポテト ぎゅうにゅう(100)　456 kcal	グレープゼリー クラッカー　427 kcal	アイスクリーム　428 kcal		

※　都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

今月の予定

５日(土)　　保育参観日

降園時、軽食をお渡しいたします。

15日(火)　　おむすびの日

全員、手作りのおむすびを持ってきてください。

18日(金)　　ほかほかごはんの日

さくら組がお米を研いでご飯を炊きます。
炊き上がったご飯を食べるので、
さくら組、すみれ組、たんぽぽ組の3歳児は、
空のお弁当箱をもってきてください。
たんぽぽ組の1.2歳児は保育園の食器を
使います。

25日(金)　　縁日給食

お楽しみ給食なので、ご飯はいりません。
箸又はスプーン等を持ってきてください。

12日(土)　お弁当の日
26日(土)　〃

お弁当、水筒(水または麦茶)、
おやつを忘れずに持ってきてください。

🍌 午前おやつは１．２歳児のみとなります。

🍊 果物は、バナナ、オレンジ、キウイ、メロン、スイカ　を予定しています。

🍐 口の中の数字は、３歳以上児のエネルギー量です。

6月の栄養摂取量

	未満児	以上児
エネルギー	566 kcal	428 kcal
たんぱく質	21.1ｇ	19.7ｇ
脂　質	19.4ｇ	20.5ｇ
塩　分	1.6ｇ	1.7ｇ