



令和7年 7月 献立表



勾金保育所

曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1日	2日	3日	4日	5日
献立名		麻婆豆腐 焼魚(さけ)	ヤンニョムチキン ポテトサラダ もやしの卵スープ	とうもろこしご飯 肉じゃが 厚揚げの味噌汁	魚のタルタル焼き ブロッコリー和え ちくわと人参の きんぴら 中華スープ	親子丼 つけもの 牛乳
おやつ		お好み焼き 牛乳	とんがりコーン 牛乳	みたらし団子 牛乳	パンケーキ 牛乳	果物 お菓子
主な材料		豚挽 人参 玉ねぎ にら しめじ 豆腐 キャベツ ベーコン	鶏もも肉 人参 もやし きゅうり じゃがいも コーン 卵 シーチキン	牛肉 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく しめじ じゃがいも 小ねぎ 厚揚げ とうもろこし 白玉粉 団子粉	カレイ 卵 人参 ブロッコリー ちくわ 玉ねぎ ごま ケーキミックス	鶏肉 人参 玉ねぎ えのき 卵 しそたくあん
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
献立名	七夕そうめん 唐揚げ ごぼうサラダ	白身魚のオープン パン粉焼き きゅうりとツナサラダ オニオンスープ	夏野菜カレー コールスロー	豆腐ハンバーグ 納豆和え かきたま汁	さばのさっぱり梅煮 味噌マヨ和え お麩のすまし汁	焼きそば ウインナー 牛乳
おやつ	七夕ゼリー	バナナフレーク 牛乳	チーズチヂミ 牛乳	バナナマフィン 牛乳	黄粉ラスク 牛乳	果物 お菓子
主な材料	鶏もも肉 きゅうり ミニトマト 卵 人参 コーン ごぼう オクラ そうめん	カレイ 塩こうじ きゅうり シーチキン 玉ねぎ コーン バナナ チョコシロップ	豚肉 人参 コーン 玉ねぎ じゃがいも キャベツ きゅうり なす かぼちゃ にら チーズ	鶏挽 人参 玉ねぎ 小松菜 もやし きゅうり 納豆 わかめ 卵 チーズ	さば 梅 人参 玉ねぎ 小松菜 もやし キャベツ カニカマ 麩 食パン 黄粉	豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし ピーマン
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
献立名	カラフルオムレツ 切り干し大根煮 コンソメスープ	魚の竜田揚げ 拌三絲 えのきのすまし汁	冷麺 きんぴらポテト 金時豆煮	ハニーマスタード チキン 五色和え トマトスープ	カレイのコーン焼き 中華風マリネ 油揚げの味噌汁	鶏そぼろご飯 わかめスープ 牛乳
おやつ	マカロニ黄粉 牛乳	ソファール お菓子	焼きおにぎり 牛乳	蒸しパン 牛乳	ベジたべる 牛乳	果物 お菓子
主な材料	豚肉 人参 玉ねぎ ピーマン パプリカ 油揚げ 水煮大豆 じゃがいも ちくわ マカロニ 黄粉	赤魚 人参 玉ねぎ きゅうり ハム 春雨 干しいたけ えのき	ハム きゅうり じゃがいも 人参 金時豆煮 卵 ミニトマト	鶏もも肉 マスタード 人参 かまぼこ 小松菜 もやし ほうれん草 トマト 玉ねぎ チョコチップ	カレイ コーン 人参 きゅうり もやし 小ねぎ 玉ねぎ 油揚げ	鶏挽 人参 玉ねぎ わかめ ほうれん草 卵
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
献立名	海の日	魚のアンGRES 塩昆布和え 玉ねぎのすまし汁	春巻 切り昆布煮 豆腐の味噌汁	(誕生日会) 煮込みハンバーグ マカロニサラダ わかめご飯 ミニトマト スープ	鶏団子の 春雨スープ 焼魚(さば)	ミートスパゲッティ 洋風スープ 牛乳
おやつ		お麩ラスク 牛乳	フライドポテト 牛乳	ケーキ 牛乳	ハニートースト 牛乳	果物 お菓子
主な材料		赤魚 人参 玉ねぎ 人参 ほうれん草 小松菜 もやし 塩昆布 麩 バター	豚肉 人参 玉ねぎ にら きくらげ 春雨 にら 小ねぎ 豆腐 ごぼう 大豆水煮 かまぼこ	合挽 人参 玉ねぎ きゅうり コーン マカロニ ミニトマト	鶏団子 人参 玉ねぎ キャベツ しめじ 春雨	合挽 人参 玉ねぎ しめじ えのき コーン
日付	28日	29日	30日	31日		
献立名	松風焼き ほうれん草ごま和え コーンスープ	魚のミンチ揚げ 酢の物 なすの味噌汁	ポークピカタ 五目ひじき煮 ポトフ	ぶっかけうどん かき揚げ		
おやつ	スティックマカロニ 牛乳	カルシウムおやき 牛乳	ぼたぼた焼き 牛乳	さけわかめおにぎり 牛乳		
主な材料	鶏挽 人参 玉ねぎ ほうれん草 もやし コーン 卵 ごま マカロニ コンソメ	魚ミンチ 人参 玉ねぎ 卵 ピーマン きゅうり ごぼう 春雨 小ねぎ なす ちくわ ちりめんじゃこ キャベツ かつお節	豚肉 卵 人参 玉ねぎ じゃがいも ごぼう かまぼこ 油揚げ 水煮大豆	うどん きゅうり ミニトマト 人参 さつまいも 卵 ピーマン		