



7月予定及び献立表



2025年6月20日

こどもの園敬愛保育園

△印は卵、●印は乳を使用している献立です。

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	火	体操服登園開始	鮭西京焼 / 付野菜 ひじき煮 ★すまし汁	鮭、みそ / ほうれん草 ひじき、鶏肉、人参、白滝、油揚げ、いんげん 卵、豆腐、三つ葉	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
2	水	Jリーグアカデミー (いぬ・きりん) シーツ交換 (幼児)	豚肉プルコギ ナムル みそ汁	豚肉、春雨、玉葱、人参、青梗菜 ほうれん草、もやし、人参 しめじ、油揚げ、小松菜	●お麩ラスク ●牛乳
3	木	シーツ交換 (乳児)	★●パン / とうもろこし ●豆乳カレースープ じゃこサラダ	パン / とうもろこし ウインナー、玉葱、人参、じゃが芋、ブロッコリー、ルウ、豆乳 ちりめんじゃこ、キャベツ、人参、胡瓜	冷やしうどん お茶
4	金	スイミング(きりん)	肉じゃが 酢の物 みそ汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、白滝、干椎茸、いんげん 大根、人参、胡瓜、ちりめんじゃこ 白菜、油揚げ、里芋、青葱	★●オレンジケーキ ●牛乳
5	土		●カレーピラフ かにかまサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、レーズン、いんげん、バター かにかま、キャベツ、胡瓜、人参、コーン じゃが芋、しめじ、パセリ粉	●フルーツヨーグルト ●ビスケット ●牛乳
6	日	なつまつり			
7	月	水あそび開始 プラネタリウム (きりん)	★●七夕そうめん 厚揚げとブロッコリーのそぼろあん フルーツ	そうめん、胡瓜、トマト、ハム、オクラ、錦糸卵 厚揚げ、ブロッコリー、人参、鶏ひき肉 すいか	七夕ゼリー せんべい ●牛乳
8	火		★●パン 鶏肉のトマト煮 コーンサラダ	パン 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、トマト缶 キャベツ、人参、コーン、胡瓜	●ブルーベリーケーキ ●牛乳
9	水	体育あそび (幼児)	鯖の味噌煮 / 付野菜 磯和え すまし汁	鯖 / 人参 ほうれん草、白菜、人参、のり 豆腐、えのき、かまぼこ、青葱	★●黒糖ツイストパン ●牛乳
10	木		麻婆丼 ★●ばんさんすう ビーフンスープ	豚ひき肉、豆腐、玉葱、ニラ、青葱、甜面醬 もやし、人参、胡瓜、ハム ビーフン、椎茸、青梗菜	だしシャカポテト ●牛乳
11	金	E～たいむ スイミング(きりん)	鶏肉レモンソース / 付野菜 ★マセドアンサラダ ★卵とコーンのスープ	鶏肉、レモン汁 / キャベツ じゃが芋、人参、胡瓜、ツナ、マヨネーズ クリームコーン、卵、青葱	★●フレンチトースト ●牛乳
12	土		焼きそばスパゲティ ブロッコリーサラダ みそ汁 / フルーツ	豚肉、玉葱、人参、キャベツ、もやし、竹輪、ソース ツナ、ブロッコリー、人参、コーン、キャベツ 油揚げ、わかめ / オレンジ	●マシュマロココアクッキー ●牛乳
13	日	お休み			
14	月	習字(きりん)	鶏肉マリネ焼き / 付野菜 切り干し大根煮 モロヘイヤスープ	鶏肉、玉葱、人参 / ブロッコリー 切干大根、人参、平天、白滝、いんげん モロヘイヤ、豆腐	マカロニきな粉 ●牛乳
15	火		★●パン / フルーツ ●クリームシチュー グリーンサラダ	パン / 黄桃缶 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、牛乳、ルウ キャベツ、胡瓜、ブロッコリー、コーン	●プリン風ゼリー クラッカー ●牛乳
16	水	体育あそび (幼児) シーツ交換 (幼児)	わかめご飯 / あじ南蛮漬 白和え けんちん汁	わかめ / あじ、人参、玉葱、ピーマン 豆腐、ほうれん草、椎茸、白菜、人参 鶏肉、大根、人参、牛蒡、里芋、板茷蒟、青葱	★●りんごケーキ ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
		七夕会	●ミートスパゲティ	合挽肉、玉葱、人参、ピーマン、トマト缶、バター、粉チーズ	中華おこわ

17	木	シーツ交換 (乳児)	★●ハムサラダ フルーツ	キャベツ、ハム、胡瓜、コーン バナナ	お茶
18	金	E～たいむ スイミング(きりん)	豚肉生姜焼き ごま和え みそ汁	豚肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン ツナ、ほうれん草、人参、ごま 南瓜、わかめ、青葱	●シリアルクッキー ●牛乳
19	土		ラーメン ●蒸しゅうまい ゼリー	豚肉、キャベツ、人参、もやし、青ねぎ しゅうまい ミニゼリー	★●きなこホットケーキ ●牛乳
20	日				
21	月	海の日			
22	火	誕生会	●夏野菜カレー キャベツとみかんのサラダ ●ヨーグルト	合挽肉、玉葱、じゃが芋、人参、なす、南瓜、トマト、ルウ キャベツ、胡瓜、人参、みかん缶、レーズン ヨーグルト、いちごジャム	★●バースディケーキ ●牛乳
23	水		鯛の野菜あんかけ おかか和え 豚汁	たい、玉葱、人参、もやし ほうれん草、人参、白菜、鰹節 豚肉、大根、人参、牛蒡、さつま芋、油揚げ、青葱	★●スイートブール ●牛乳
24	木	終業式	鶏肉マーマレード焼 / 付野菜 ★マカロニサラダ みそ汁	鶏肉、マーマレード、玉葱 / ブロッコリー ツナ、マカロニ、胡瓜、人参、マヨネーズ 厚揚げ、わかめ、青葱	●マシュマロおこし ●牛乳
25	金	夏季保育開始 お泊り保育 (きりん)	★●冷やし中華 春巻き ゼリー	中華麺、焼豚、胡瓜、トマト、錦糸卵 春巻き ミニゼリー	★●お好み焼き ●牛乳
26	土	↓	炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、小松菜、人参、青葱 もやし、人参、胡瓜、ささみ 大根、わかめ、青葱	★●どら焼き ●牛乳
27	日	お休み			
28	月		たらのおろし煮 大豆サラダ みそ汁	たら、大根 ちりめんじゃこ、大豆、人参、キャベツ、胡瓜 麩、わかめ、青葱	●セサミトースト ●牛乳
29	火	ビデオ参観 (ひよこ・うさぎ・りす)	梅の照り焼きつくね / 付野菜 ポン酢和え みそ汁	鶏ひき肉、梅干、豆腐、オクラ / ミニトマト キャベツ、人参、竹輪、胡瓜、ちりめんじゃこ なす、油揚げ、青葱	●黒糖蒸しパン ●牛乳
30	水	シーツ交換 (幼児)	★●パン / フルーツ ●ビーフシチュー コールスローサラダ	パン / パイン缶 牛肉、じゃが芋、人参、玉葱、ブロッコリー、ルウ キャベツ、胡瓜、パプリカ、レーズン	●コロッケ ●牛乳
31	木	シーツ交換 (乳児)	★冷しうどん 天ぷら フルーツ	ツナ、胡瓜、トマト、錦糸卵、うどん 竹輪、南瓜、天ぷら粉 黄桃缶	おはぎ ●牛乳

◆乳児は朝のおやつにおせんべい等を提供しています。

◆献立内容は、仕入れ等の状況により、若干変更する場合があります。

◆アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

※6・7・8月は、衛生上、毎週土曜日 幼児も給食です。

今月の一人当たりの栄養素（3歳児以上）

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	600	22.5	16.7	259	2.4	213	0.32	0.36	22	3.6以上	1.6未満
平均	585	20.7	16.8	268	2.2	214	0.37	0.45	21	4.4	1.6