

# 7月のこどもたより

令和7年度

永山こどもの杜保育園

月	日	10時おやつ	昼 食	3時おやつ	備 考
1	火	牛 乳	ごはん たらの梅醤油焼き じゃが芋の炒めもの	からのみそ汁 くだもの	牛 乳 お菓子
2	水	牛 乳	ごはん ぎせい豆腐 ほうれん草のごまあえ	かぼちゃのみそ汁 くだもの	牛 乳 ごまラスク
3	木	牛 乳	ふりかけごはん 鶏肉の米粉ザンギ パンサンスー 白菜のあえもの	麦茶 くだもの	牛 乳 野菜入り蒸しパン 夏のミニ遠足
4	金	牛 乳	バターロール ウィンナー入りオムレツ カラフルサラダ	野菜スープ くだもの	麦 茶 チャーハン
5	土	牛 乳	冷やし中華 枝豆	くだもの	牛 乳 お菓子
7	月	牛 乳	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き 野菜炒め	かき玉汁 くだもの	牛 乳 ドーナツ
8	火	牛 乳	ごはん マーボー豆腐 なめだけあえ	大根のみそ汁 くだもの	牛 乳 お菓子と小魚
9	水	牛 乳	ごはん 豚肉のショウガ焼き もやしときゅうりの酢の物	かぼちゃのみそ汁 くだもの	牛 乳 揚げいも
10	木	牛 乳	レーズンパン たらのフライ プロッコリーサラダ	小松菜のスープ くだもの	牛 乳 コーンフレーク
11	金	牛 乳	ごはん 鶏肉のパンパンジー焼き スパゲティサラダ	チンゲン菜のみそ汁 くだもの	麦 茶 焼きそば
12	土	牛 乳	カレーうどん チーズ	くだもの	牛 乳 お菓子
14	月	牛 乳	ごはん えびと豆腐のみそ炒め キャベツのサラダ	大根のみそ汁 くだもの	牛 乳 お菓子
15	火	牛 乳	夏野菜カレー えのきともやしのスープ フレンチサラダ	くだもの	牛 乳 クラッカーサンド
16	水	牛 乳	わかめおにぎり 鶏肉の照り焼き プロッコリーのおかかあえ	たまごのみそ汁 くだもの	アイスクリーム
17	水	牛 乳	バターロール オムレツ (ブルーベリージャム) ツナサラダ	ポテトスープ くだもの	麦 茶 鮭おにぎり
18	金	牛 乳	ごはん 揚げたらのろしあけ きんぴらごぼう	チンゲン菜のみそ汁 くだもの	牛 乳 アーモンドポテト
19	土	牛 乳	彩り冷や麦 チーズ	くだもの	牛 乳 お菓子
22	火	牛 乳	ごはん フライドチキン ラーメンサラダ	じゃが芋のみそ汁 くだもの	牛 乳 アーモンドトースト
23	水	牛 乳	スパゲティナポリタン 白菜のスープ キャベツのサラダ	くだもの	牛 乳 お菓子
24	木	牛 乳	ごはん ほっけの香味焼き 大豆とひじきの煮物	なめこのみそ汁 くだもの	牛 乳 チーズポテト
25	金	牛 乳	ごはん 鶏肉のレモン煮 切干大根のサラダ	豆腐のみそ汁 くだもの	牛 乳 さつま芋と豆乳ケーキ お弁当箱の日
26	土	牛 乳	焼きそば 中華スープ 枝豆	くだもの	牛 乳 お菓子
28	月	牛 乳	ごはん さばのこはく揚げ もやしのあえもの	しめじのみそ汁 くだもの	フルーツヨーグルト
29	火	牛 乳	ごはん 肉じゃが 納豆あえ	豆腐のみそ汁 くだもの	牛 乳 パンケーキ
30	水	牛 乳	豆パン チーズオムレツ もやしのごま酢あえ	野菜スープ くだもの	牛 乳 マシュマロクリスピーアー
31	木	牛 乳	ごはん 豆腐のカレー煮 磯香あえ	たまごスープ くだもの	牛 乳 ジャムサンド

※行事・物資の都合などにより献立を変更する場合もありますのでご了承ください。