



7月の献立



浮田とちのみこども園 令和7年7月

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
1	火	牛乳菓子	沖縄風炊き込みごはん ゴーヤチャンプルー もずくスープ フルーツヨーグルト	米、豚肉、刻みこんぶ、人参、干しいたけ、枝豆、しょうゆ、三温糖 卵、厚揚げ、人参、にがうり、玉ねぎ、生姜、ごま油、 しょうゆ、三温糖、カレー粉、塩 ベーコン、もずく、玉ねぎ、人参、えのきたけ、中華だし りんごダイス缶、みかん缶、ヨーグルト、砂糖	牛乳 サターアングー 小麦粉、ベーキングパウダー、 卵、黒砂糖、油
2	水	牛乳 果物	ごはん コーンコロッケ フレンチサラダ レタススープ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、とうもろこし、塩、コンソメ、 小麦粉、パン粉、油 キャベツ、きゅうり、人参、りんご酢、三温糖、油、塩 ベーコン、レタス、玉ねぎ、しめじ、人参、コンソメ、塩	スキムミルク かぼちゃパンケーキ 米粉、大豆粉、 ベーキングパウダー、豆乳、 三温糖、油、かぼちゃ
3	木	牛乳 菓子	ごはん さばのみそ煮 キャベツのごまあえ えのきたけのすまし汁	米 さば、生姜、三温糖、みりん、しょうゆ、みそ キャベツ、人参、豆苗、しょうゆ、三温糖、白ごま えのきたけ、豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうゆ、塩、だし汁	牛乳 心のラスク 麩、油、グラニュー糖、きな粉
4	金	牛乳 菓子	ミートスパゲティ ポテトサラダ 果物（オレンジ）	スパゲティ、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、しめじ、ホールトマト缶、 油、コンソメ、ケチャップ、ウスターソース、三温糖 ハム、じゃがいも、りんご酢、キャベツ、人参、 とうもろこし、ノンエッグマヨネーズ オレンジ	牛乳 きんぴらおにぎり 米、ごぼう、人参、 しょうゆ、みりん、白ごま
5	土	お茶 菓子	ビビンバ丼 わかめスープ オレンジゼリー	米、豚肉、生姜、ごま油、赤みそ、しょうゆ、三温糖、 もやし、人参、ほうれん草、白ごま、りんご酢 豆腐、玉ねぎ、人参、とうもろこし、わかめ、中華だし オレンジジュース、寒天、三温糖	お茶 菓子
7	月	牛乳 菓子	七夕ちらし寿司 鶏つくね キャベツの ゆかりあえ 麩のすまし汁 七夕ゼリー	米、すし酢、人参、ハム、チーズ、オクラ、卵、ミニトマト 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、中華だし、三温糖、しょうゆ、みりん キャベツ、人参、きゅうり、ゆかり、塩 麩、玉ねぎ、人参、えのきたけ、だし汁、しょうゆ、塩 カルピス、寒天、ブルーハワイシロップ、グラニュー糖、レモン果汁、みかん缶	牛乳 にゅうめん そうめん、玉ねぎ、油揚げ、 人参、ねぎ、だし汁、 しょうゆ、みりん、塩
8	火	牛乳 菓子	ごはん 赤魚の南蛮漬け じゃがいものみそ汁 果物(すいか)	米 赤魚、塩、片栗粉、油、玉ねぎ、人参、ピーマン、三温糖、 しょうゆ、りんご酢、だし汁 油揚げ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しめじ、ねぎ、だし汁、みそ すいか	スキムミルク ココアクッキー 小麦粉、バター、三温糖、 ココア、豆乳
9	水	牛乳 果物	ごはん チンジャオロース 揚げごぼう わかめスープ	米 豚肉、しょうゆ、生姜、玉ねぎ、ピーマン、たけのこ水煮、人参、 油、オイスターソース、しょうゆ、三温糖、ごま油 ごぼう、片栗粉、油、白ごま、三温糖、しょうゆ 玉ねぎ、えのきたけ、人参、わかめ、中華だし、塩	牛乳 のりじゃこトースト 食パン、チーズ、ちりめん、 青のり、ノンエッグマヨネーズ
10	木	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き 人参サラダ 豆腐のすまし汁	米 鶏肉、みそ、白ごま、本みりん、三温糖 人参、きゅうり、ツナ、白ごま、ノンエッグマヨネーズ、塩、りんご酢、三温糖 豆腐、玉ねぎ、人参、小松菜、しょうゆ、塩、だし汁	牛乳 バナナケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、 豆乳、油、三温糖、 バナナ、レモン果汁
11	金	牛乳 菓子	パン(2上) / ごはん(0.1歳) ポークビーンズ ブロッコリーのサラダ 果物(バナナ)	コッペパン/米 豚肉、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、かぼちゃ、人参、いんげん、 油、ホールトマト缶、ケチャップ、ウスターソース、三温糖、コンソメ ブロッコリー、キャベツ、人参、油、りんご酢、三温糖、塩 バナナ	スキムミルク みそ豚おにぎり 米、豚ひき肉、三温糖、 しょうゆ、みそ
12	土	お茶 菓子	肉うどん 小松菜のごまあえ 果物(バナナ)	うどん、豚肉、玉ねぎ、三温糖、しょうゆ、人参、ねぎ、だし汁 小松菜、もやし、人参、しょうゆ、三温糖、白ごま バナナ	お茶 菓子
14	月	牛乳 菓子	ごはん 油淋鶏 もやしの塩昆布あえ 豆腐スープ	米 鶏肉、片栗粉、しょうゆ、生姜、油、白ねぎ、中華だし、 りんご酢、しょうゆ、三温糖、ごま油 もやし、小松菜、人参、塩こんぶ、白ごま ベーコン、豆腐、玉ねぎ、人参、わかめ、中華だし	牛乳 レモンゼリー 寒天、砂糖、みかん缶、 レモン果汁

日付	曜日	朝おやつ	献立名	材料	おやつ
15	火	牛乳菓子	ごはん かれのいの香味焼き キャベツとハムのサラダ なすのみそ汁	米 かれのい、しょうゆ、生姜、白ねぎ、みりん、ごま油、白ごま ハム、キャベツ、きゅうり、しめじ、人参、りんご酢、三温糖、油 なす、人参、玉ねぎ、ねぎ、だし汁、みそ	牛乳 ピザ風ラスク フランスパン、鶏ひき肉、玉ねぎ 玉ねぎ、とうもろこし、 ピーマン、ケチャップ、チーズ
16	水	牛乳菓子	夏野菜カレー ひじきのサラダ 果物(オレンジ)	米、豚肉、油、玉ねぎ、なす、人参、かぼちゃ、トマト ピーマン、カレールウ ツナ、ひじき、人参、とうもろこし、きゅうり、白ごま、しょうゆ、 ノンエッグマヨネーズ、塩 オレンジ	ミロ 菓子、チーズ
17	木	牛乳菓子	ごはん ツナ入り卵焼き 切干大根の炒め煮 夏豚汁 おたのしみデザート🍓☆	米 卵、ツナ、玉ねぎ、人参、だし汁、三温糖、塩、油 切干大根、油揚げ、玉ねぎ、人参、枝豆、油、三温糖、しょうゆ 豚肉、玉ねぎ、トマト、なす、オクラ、ごま油、みそ、だし汁	スキムミルク とうもろこしのおにぎり 米、ベーコン、とうもろこし
18	金	牛乳果物	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め チンゲン菜のスープ ゆかりポテト	米 豚肉、厚揚げ、玉ねぎ、ピーマン、人参、きくらげ、ごま油、 しょうゆ、赤みそ、三温糖、片栗粉 ベーコン、人参、玉ねぎ、もやし、チンゲン菜、中華だし、しょうゆ、塩 じゃがいも、油、塩、ゆかり	スキムミルク きなこ蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、 三温糖、きな粉、豆乳、油
19	土	お茶菓子	カレーピラフ 野菜サラダ コンソメスープ	米、鶏肉、人参、玉ねぎ、しめじ、枝豆、コンソメ、カレー粉、バター、塩 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、油、三温糖、りんご酢、塩 玉ねぎ、じゃがいも、人参、コンソメ、塩	お茶 菓子
22	火	牛乳菓子	ごはん 豚肉の冷しゃぶ風 春雨スープ 果物(オレンジ)	米 豚肉、生姜、人参、きゅうり、キャベツ、 白ごま、りんご酢、しょうゆ、三温糖、ごま油 春雨、玉ねぎ、人参、とうもろこし、干しいたけ、ねぎ、中華だし オレンジ	スキムミルク 梅と枝豆のおにぎり 米、梅干し、枝豆、花かつお
23	水	牛乳菓子	ごはん おからナゲット みかん入りサラダ えのきたけのみそ汁	米 鶏ひき肉、塩、おから、ノンエッグマヨネーズ、玉ねぎ、 片栗粉、しょうゆ、三温糖、小麦粉、油 キャベツ、きゅうり、人参、みかん缶、レーズン、油、三温糖、りんご酢、塩 油揚げ、玉ねぎ、人参、えのきたけ、小松菜、みそ、だし汁	牛乳 ジャムサンド 食パン、いちごジャム、 ブルーベリージャム
24	木	牛乳果物	中華丼 トマトとオクラのサラダ 豆腐スープ	米、豚肉、かまぼこ、キャベツ、玉ねぎ、人参、きくらげ、生姜、 油、中華だし、しょうゆ、三温糖、片栗粉、ごま油 オクラ、トマト、きゅうり、わかめ、すし酢、塩、ごま油、白ごま、中華だし 豆腐、玉ねぎ、人参、とうもろこし、ねぎ、中華だし、塩	スキムミルク セサミクッキー 小麦粉、三温糖、豆乳、 バター、ごま、白ごま
25	金	牛乳菓子	ごはん 肉じゃが きゅうりのごまみそあえ 果物(バナナ)	米 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、糸こんにゃく、しめじ、いんげん、 油、しょうゆ、みりん、三温糖 きゅうり、わかめ、人参、ちりめん、白ごま、三温糖、白みそ、ごま油 バナナ	牛乳 黒糖パンケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、 ホットケーキミックス、 黒砂糖、豆乳
26	土	お茶菓子	焼きそば 中華スープ 果物(オレンジ)	焼きそばめん、豚肉、さつまいも、人参、キャベツ、玉ねぎ、 もやし、油、お好み焼きソース 豆腐、玉ねぎ、人参、しめじ、わかめ、中華だし オレンジ	お茶 菓子
28	月	牛乳菓子	ごはん 鶏肉のママレード焼き おからサラダ マカロニスープ	米 鶏肉、塩、ママレード、しょうゆ、みりん おから、きゅうり、玉ねぎ、人参、ツナ、ノンエッグマヨネーズ ベーコン、マカロニ、玉ねぎ、人参、小松菜、コンソメ、塩	牛乳 チーズクッキー 小麦粉、ベーキングパウダー、 三温糖、豆乳、 バター、粉チーズ
29	火	牛乳菓子	ごはん 洋風炒り豆腐 にんじんしりしり ぶどうゼリー	米 豆腐、たけのこ水煮、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、干しいたけ、ごま油、 三温糖、しょうゆ、いんげん、カレー粉 人参、ツナ、和風だしの素、しょうゆ 水、ぶどうジュース、寒天、三温糖	スキムミルク ポテトもち じゃがいも、粉チーズ、油、 パセリ粉、片栗粉、しょうゆ、 三温糖、片栗粉
30	水	牛乳果物	ごはん マーボーなす ナムル 焼きしししゃも	米 豚ひき肉、厚揚げ、なす、玉ねぎ、人参、にら、生姜、 しょうゆ、三温糖、赤みそ もやし、人参、きゅうり、わかめ、すし酢、しょうゆ、三温糖、ごま油、白ごま しししゃも、油	スキムミルク ごまトースト 食パン、白ごま、 バター、三温糖
31	木	牛乳菓子	ごはん 鮭の彩りソースかけ 粉ふきいも トマトと卵のスープ	米 さけ、塩、米粉、油、きゅうり、玉ねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、すし酢 じゃがいも、塩、パセリ粉 卵、ベーコン、トマト、玉ねぎ、ズッキーニ、コンソメ、塩	牛乳 磯の香おにぎり 米、塩こんぶ、ちりめん、 かつお節、白ごま、りんご酢、 しょうゆ、三温糖