



食 事 だ よ り



令和7年7月号 焼津南保育園

月		火		水		木		金			
日付		1		2		3		4			
メニュー		 ・ごはん ・だいずとやさいのごもくに(水煮大豆、人参、牛蒡、昆布、糸こん、鶏肉) ・こふきいも(じゃが芋、パセリ) ・あぶらあげのみそしる(油揚げ、玉葱、葉ねぎ)		・ごはん ・はんぺんフライ(黒はんぺん) ・はくさいのおかかあえ(白菜、かつお節) ・さつまじる(さつま芋、豚肉、人参、長葱) ★		・なすのドライカレー(精白米、豚挽肉、茄子、玉葱、人参、グリーンピース、大蒜) ・グリーンサラダ(レタス、トマト、胡瓜、ツナ缶) ・バナナ		・きんめまいごはん(金芽米) ・ゴーヤチャンプルー(苦瓜、人参、豚肉、豆腐、もやし) ・キャベツとしらすのすのもの(キャベツ、しらす干し、わかめ) ・なるとのすましじる(なると、玉葱)			
午前おやつ		りんご・麦茶★		せんべい・牛乳★		ビスコ・牛乳★		チーズ・麦茶★			
午後おやつ		やきそば・ぎゅうにゅう		すいか・むぎちゃ★		びっくりパンケーキ・ぎゅうにゅう		クッキー・ジョア			
日付		7		8		9		10			
メニュー		・くたなばたメニュー> ・たなばたそばろどん(精白米、豚挽き肉、生姜、星形人参) ・たんざくサラダ(大根、胡瓜、人参) ・そうめんのすましじる(素麺、オクラ、コーン缶) ★ 		・ごはん ・まぐろのしょうがやき(鮪、生姜) ・ひじきのいために(ひじき、人参、糸こん、いんげん) ・けんちんじる(鶏肉、人参、牛蒡、干椎茸) ★		・ざっくごはん(精白米、雑穀) ・とうふのやさいあんかけ(豆腐、鶏挽肉、玉葱、人参、ピーマン) ・うりもみ(胡瓜、わかめ) ・きりぼしだいこんのみそしる(切干大根、油揚げ、青葱) ★		・ごはん ・わかどりのてりやき(鶏肉) ・だいずのなんばんづけ(水煮大豆、玉葱、人参) ・こまつなのすましじる(小松菜、玉葱)		・きんめまいごはん(金芽米) ・かぼちゃのグラタン(南瓜、鶏肉、玉葱、マッシュルーム缶、豆乳) ・フレンチサラダ(胡瓜、レタス、コーン缶、人参) ・わかめスープ(わかめ、長葱)	
午前おやつ		クラッカー・麦茶★		オレンジ・麦茶★		ビスケット・牛乳★		ポーロ・牛乳★			
午後おやつ		フルーツポンチ・とうにゅうカルピス		みずようかん・むぎちゃ★		こめこのきなこむしばん・ぎゅうにゅう		いももち・ぎゅうにゅう			
日付		14		15		16		17			
メニュー		・ごはん ・いためビーフン(ビーフン、豚挽肉、木耳、韭、人参、大蒜、生姜) ・たたききゅうり(胡瓜) ・ちゅうかふうねぎスープ(長葱、玉葱) ★		・ごはん ・しろみざかなのラビコットソースかけ(白身魚、玉葱、トマト、胡瓜) ・ゆでブロッコリー(ブロッコリー) ・オニオンスープ(玉葱、ベーコン) ★		・ごはん ・とりのねぎみそやき(鶏肉、長葱) ・キャベツのうめこんぶあえ(キャベツ、梅干し、塩昆布) ・たまねぎのすましじる(玉葱、油揚げ) ★		・むぎごはん(精白米、押し麦) ・にくじゃが(豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、グリーンピース) ・もやしとちくわのわふうあえ(もやし、竹輪) ・なめこのみそしる(なめこ、玉葱、青葱) ★		・きんめまいごはん(金芽米) ・とうがんとぶたにくのちゅうかいため(豚肉、冬瓜、人参、大蒜、ピーマン、赤ピーマン) ・スティックやさい(胡瓜、人参) ・ラーメンスープ(中華麺、青葱、生姜) ★	
午前おやつ		りんご・麦茶★		クッキー・牛乳★		せんべい・牛乳★		ビスコ・牛乳★			
午後おやつ		ふかしとうもろこし・むぎちゃ★		いちごヨーグルト・むぎちゃ		こめこのフルーツケーキ・ぎゅうにゅう		さくさくあんパン・ぎゅうにゅう			
日付		21		22		23		24			
メニュー		海の日  ・さくらごはん(精白米) ・ポテトとぶたにくのきんぴら(豚肉、筍、じゃが芋、糸こん、人参、生姜) ・レタスとしおこんぶのあえもの(レタス、しらす干し、塩昆布) ・だいこんのみそしる(大根、油揚げ)		・さくらごはん(精白米) ・ポテトとぶたにくのきんぴら(豚肉、筍、じゃが芋、糸こん、人参、生姜) ・レタスとしおこんぶのあえもの(レタス、しらす干し、塩昆布) ・だいこんのみそしる(大根、油揚げ)		・しょくパン ・ハンバーグ(豚挽肉、玉葱) ・かぼちゃサラダ(南瓜、玉葱、枝豆) ・やさいスープ(キャベツ、人参、パセリ) ★		・ちゅうかどん(精白米、豚肉、白菜、玉葱、ヤングコーン、人参) ・ちゅうかあえ(胡瓜、白木耳、ハム) ・はるさめスープ(春雨、人参、青葱) ★		・きんめまいごはん(金芽米) ・レバーのオニオンソース(豚レバー、玉葱) ・ござかなサラダ(大根、胡瓜、りんご、しらす干し) ・とうがんのとろみじる(冬瓜、鶏挽肉、生姜) ★	
午前おやつ				ビスケット・牛乳★		クラッカー・牛乳★		チーズ・麦茶★			
午後おやつ				バナナ・ぎゅうにゅう		バイクドチーズケーキ・ぎゅうにゅう		みそいりむしパン・ぎゅうにゅう			
日付		28		29		30		31			
メニュー		・とりにくとやさいのクリームスパゲティ(ソフト麺、ほうれん草、生椎茸、鶏肉、大蒜、豆乳) ・トマトサラダ(トマト、玉葱、パセリ) ・セロリのスープ(セロリ、玉葱、人参、ベーコン)		・ごはん ・ししゃもフライ(ししゃも) ・なっとうサラダ(納豆、胡瓜、ツナ缶、人参、レタス) ・じゃがいものみそしる(じゃが芋、玉葱)		・ごはん ・かぼちゃのそばろに(南瓜、鶏挽肉、グリーンピース) ・インディアンサラダ(キャベツ、人参、竹輪) ・ふのすましじる(麩、青葱) ★		・ごはん ・あつあげのあんかけ(生揚げ、人参、玉葱、干椎茸、長葱) ・ちりめんとせんぎりやさいのサワーづけ(切干大根、胡瓜、しらす干し、大葉) ・くろはんぺんのみそしる(黒はんぺん、玉葱、青葱) ★			
午前おやつ		ポーロ・牛乳★		ビスコ・牛乳★		バナナ・麦茶★		オレンジ・麦茶★			
午後おやつ		やきとうもろこしごはんおにぎり・りよくちゃ★		ロックケーキ・ぎゅうにゅう		シロップサンド・むぎちゃ★		ブラマンジェブルーベリーソース・むぎちゃ			

◎午前おやつは0・1歳児になります

◎希望保育…5日パン・麦茶・お菓子、12日パン・麦茶・お菓子、19日パン・麦茶・お菓子、26日パン・麦茶・お菓子

★印は、“なかよし給食”“なかよしおやつ”になります。

I