

令和7年 7月 予定献立表

寺田保育園

日	曜	主食	副 食	お や つ		行事
			共 食	10時(未満児)	3時(共通)	
1	火	パン	ハムエッグ・カラフルサラダ・トマトスープ	チーズ	お麩のシュガーラスク	
2	水	ご飯	肉じゃが・きゅうりとじゃこの酢の物・茄子の味噌汁	ヨーグルト	リーフビスケット・オレンジ	
3	木	パン	魚の人参ソース・根菜サラダ・ほうれん草のスープ	ビスコ	フルーツミックス	
4	金	ご飯	麻婆豆腐・キャベツのナムル・りんご・中華スープ	さつま芋ロースト	餃子の皮ピザ	
5	土	パン	七夕そうめん・ささみフライ・星サラダ・星ポテト・スイカ	おせんべい	七夕ゼリー	七夕行事食
7	月	ご飯	焼魚・干大根煮・スライスきゅうり・納豆・里芋の味噌汁	オレンジ	ポパイケーキ	
8	火	パン	卵ハムサンド・鶏チリ風・マセドアンサラダ・フルーツ・キャベツスープ	クラッカー	パフェ	誕生会
9	水	ご飯	肉豆腐・白菜の塩昆布和え・南瓜の味噌汁	人参煮	たこ焼き	
10	木	パン	魚のムニエル・チンゲン菜のソテー・卵スープ	ごぼうスティック	ひじきおにぎり	
11	金	ご飯	メンチカツ・ピーマンツナ和え・りんご・コンソメスープ	バナナ	ポップコーン	
12	土	パン	カレーうどん・じゃが芋のカップ焼き・ゆでブロッコリー・オレンジ	大根煮	ゴマ豆腐	ゆい組親子ふれあいタイム
14	月	ご飯	浦上そばろ・ほうれん草の白和え・あおさの味噌汁	りんご	フルーツヨーグルト	
15	火	パン	魚のレモンソース・人参ゴマサラダ・ブロッコリースープ	じゃが芋ロースト	えびせん・チーズ	
16	水	ご飯	ハヤシライス・フレンチ和え・りんご・ミルクスープ	くず練り	枝豆・ソーセージ	
17	木	パン	ハンバーグ・野菜と卵のソテー・豆腐スープ	さつま芋ロースト	コーンフレークおこし	
18	金	ご飯	煮魚・南瓜のおかかマヨ和え・オレンジ・オクラの味噌汁	ヒロス	ミートボール蒸しパン	
19	土	パン	ホットドック・焼きそば・ポテト・ポリポリきゅうり・フルーツ	ウエハース	ビール風ゼリー	夏祭り
21	月		🌊 海の日 🌊			
22	火	パン	鶏のから揚げ・小松菜サラダ・茶碗蒸し	丸ぼうろ	煮豆	
23	水	ご飯	豆腐のフワフワ炒め・キャベツのゆかり和え・味噌汁	オレンジ	セサミトースト	
24	木	パン	魚のポテマヨチーズ焼き・夏野菜サラダ・もやしスープ	フレーク	焼きとうもろこし	
25	金	ご飯	親子丼・ブロッコリーのゴマ味噌和え・バナナ・味噌汁	人参スティック	凍豆腐のコロコロ揚げ	
26	土	パン	ジャージャー麺・ゴーヤサラダ・りんご	大根煮	クラッカー・スイカ	ぼら組親子ふれあいタイム
28	月	ご飯	カレーライス・コーンフレークサラダ・ごぼうスープ	ビスケット	みかんヨーグルト	
29	火	パン	焼肉チャプチェ・きゅうりのナムル・ワカメスープ	南瓜ロースト	五平餅	
30	水	ご飯	魚のかば焼き・大根の梅和え・厚揚げの味噌汁	りんご	さつま芋のチーズ焼き	
31	木	パン	オムレツのチリコンカンソースかけ・マカロニサラダ・スープ	バナナ	みたらし団子	

※  色付きの枠内のおやつは手作りです

※ 10時と3時おやつには牛乳・スキムミルク・野菜果物ジュース等が付きます



ジャージャー麺とは…？

中国発祥の、ひき肉を味噌や甜麺醬で味付けした炸醬(ジャージャン)と呼ばれる肉味噌を麺にかけた料理です。園では肉味噌の上に、きゅうりやむき枝豆をトッピングします😊

