



2025年 7月給食献立表



立花ひよこ保育園

(月) 7, (金) 18				(火) 8, 22				(水) 9, 23				(木) 10, 24				(金) 11, 25				(土) 12, 26			
昼食	豚肉と玉ねぎの梅干し煮	豚肉	30	鯔の香味揚げ	鯔	40	マーボーなす	なすび/いんげん	60/5	ゴーヤチャンプル	豚肉/ゴーヤ	20/10	トマト肉じゃが	牛肉	20	混ぜ込みご飯	有機米	50					
		玉ねぎ	50		しょうゆ/酒	1		人参	10		豆腐	20		じゃが芋	40		しらす干し	3					
		人参	10		みりん/生姜	1/適量		豚ミンチ/長ねぎ	10		しめじ	10		人参/玉ねぎ	15/25		玉ねぎ	20					
		オクラ	5		こめ油	5		にんにく/生姜	少々		玉ねぎ	20		糸こんにゃく	20		人参	5					
		梅干し	3		片栗粉	5		しょうゆ/砂糖	2/1		人参	10		トマト	10		ピーマン	5					
		しょうゆ	2		つけ合わせ	20		オイスターソース	1		みりん/しょうゆ	1		かつお節	適量		オクラ	5	塩こしょう	少々			
もやしの磯和え	もやし	人参	35	キャベツのナムル	キャベツ	40	しゃきしゃきサラダ	じゃが芋	25	マカロニサラダ	マカロニ	10	酢の物	生わかめ	10	おひたし	モロヘイヤ	10					
		きゅうり	15		人参	10		きゅうり	25		とうもろこし/人参	10/5		きゅうり	20		えのき	20					
		刻みのみ	0.2		ごま/ごま油	1		ハム/人参	5/8		キャベツ	10		しらす干し	5		かつお節	少々					
		しょうゆ	1.5		しょうゆ/塩	1/0.2		しょうゆ	2		きゅうり	10		酢/砂糖	3/1		しょうゆ	1					
		みそ汁	20		かぼちゃ	15		みそ汁	15		豆腐	10		みそ汁	0.1		キャベツ	15	さつま芋煮	さつま芋	30		
		小松菜	5		えのき	10		玉ねぎ	10		ほうれん草	8		切干大根	1								
おやつ	米粉のホットケーキ	じゃが芋	20	昆布ごはん	昆布	1.5	菜飯	小松菜/塩	5/0.1	五穀ごはん	五穀米	適量	塩レモンクッキー	薄力粉	18	自然食品菓子							
		しめじ	5		塩	0.1		有機米	50		じゃが芋	60		バター/砂糖	6/3								
		麦みそ	4		塩	0.1		有機米	50		青のり	適量		牛乳/レモン果汁	2/1								
		ごはん	50		塩	0.1		有機米	50		塩	少々		塩	0.3								
		果物	牛乳		スイカ	果物		牛乳	果物		牛乳	メロン		果物	牛乳				デラウェア	牛乳	牛乳		
		果物	牛乳		果物	牛乳		果物	牛乳		果物	牛乳		果物	牛乳				果物	牛乳	果物	牛乳	

(月) 14, 28				(火) 1, 15, 29				(水) 2, 16, 30				(木) 3, 17, 31				(金) 4 [行事食]				(土) 5, 19				
昼食	豚にら炒め	豚肉	30	鯔の照り焼き	鯔	40	納豆入りよせ揚げ	納豆	10	鶏肉のさっぱり煮	鶏手羽中	2本	セタバーク	牛豚ミンチ	各30	ケチャップライス	有機米	30						
		片栗粉/酒	1		しょうゆ	2		かぼちゃ	20		人参/冬瓜	10/30		玉ねぎ/人参	30/10		豚ミンチ	20						
		玉ねぎ/ニラ	30/10		みりん	1		玉ねぎ/えのき	15/10		チンゲン菜	10		パン粉	2		人参	10						
		人参/もやし	10		つけ合わせ	20		モロヘイヤ	5		しょうゆ	3		塩こしょう	0.1		玉ねぎ	30						
		にんにく	1		和風	30		薄力粉/塩	7/0.2		酢/砂糖	6/1		とうもろこし	5		ピーマン	5						
		しょうゆ	2		コールスロー	15		こめ油	8		しょうゆ	1		かぼちゃとオクラのナムル	40		短冊サラダ	15/8	かぼちゃ煮	40				
春雨サラダ	春雨/きゅうり	わかめ	0.1	和風	人参	15	和風サラダ	なすび	30	かぼちゃとオクラのナムル	かぼちゃ	20	短冊サラダ	大根/人参	15/8	かぼちゃ煮	かぼちゃ	40						
		キャベツ	8		アスパラガス	8		きゅうり/トマト	20		オクラ	20		きゅうり	25		しょうゆ	2	しょうゆ	1				
		人参	8		かつお節/ごま	0.1/1		しょうゆ	2		わかめ	0.1		しょうゆ	2		酢	1	砂糖	1				
		豆乳マヨネーズ	5		酢/砂糖	1/0.5		みりん	1		しょうゆ	1		しょうゆ	1		砂糖/ごま油	0.5	しょうゆ	1				
		しょうゆ	0.5		しょうゆ/塩	1/0.1		ごま油	0.5		塩	1/1.5		みそ汁	15		セタそうめん	15	スープ	えのき	15			
		みそ汁	15		わかめ	0.1		みそ汁	15		えのき	8		みそ汁	4		七タ	40/0.1				えのき	5	
おやつ	スパゲティナポリタン	えのき	15	五穀ごはん	五穀米	適量	五穀ごはん	五穀米	50	枝豆ごはん	枝豆	10	セタごはん	有機米/塩	40/0.1	自然食品菓子(19日のみ)								
		チンゲン菜	8		うすあげ	3		白菜	10		もやし	8		とうもろこし	8				人参	8	ほうれん草	5		
		麦みそ	4		オクラ	5		麦みそ	4		麦みそ	4		しょうゆ/塩	1/少々				コンソメ	適量				
		ごはん	50		五穀ごはん	適量		五穀米	50		塩	少々		枝豆	5				枝豆	5	塩	少々		
		果物	牛乳		スイカ	果物		牛乳	果物		牛乳	メロン		果物	牛乳				果物	牛乳	果物	牛乳	果物	牛乳
		果物	牛乳		果物	牛乳		果物	牛乳		果物	牛乳		果物	牛乳				果物	牛乳	果物	牛乳	果物	牛乳