7月の献立 7/1～7/12

2025年　　みつばち保育園

日/曜日	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	おやつ
1 ／ 火	 ごはん	てりやきチキン カポナータ 味噌汁	鶏もも肉 油揚げ	 	しょうが、にんにく 黄ピーマン、赤ピーマン、なす、セロリ、さやいんげん、人参 しめじ、玉葱、にんにく、トマト 玉葱、葉ねぎ、もやし	黒糖蒸しパン （小麦） プルーン
2 ／ 水	 ごはん	なすのなべしぎ とうもろこし 味噌汁	豚ばら肉 	 	なす、青ピーマン とうもろこし 小松菜、もやし、玉葱	おにぎり
3 ／ 木	 ごはん	マーボー豆腐 きゅうりスティック すまし汁	豚ひき肉、豆腐 焼きふ	 	にら、しいたけ（乾）、にんにく、しょうが きゅうり 玉葱、えのきたけ、長ねぎ	にんじんケーキ （小麦・鶏卵） 豆乳
4 ／ 金	 ごはん	豚肉の梅生姜焼き 粉ふきいも 味噌汁	豚肩肉 	 じゃがいも 	玉葱、人参、青ピーマン、キャベツ、えのきたけ、もやし しょうが、梅干し なめこ、玉葱、葉ねぎ	安倍川マカロニ （小麦） 夏みかん
5 ／ 土	 めん	スパゲッティナポリタン きゅうりスティック チーズ・バナナ	豚ソーセージ チーズ	マカロニ・スパゲティ 	人参、玉葱、青ピーマン きゅうり バナナ	おせんべい
7 ／ 月	 めん	七夕うどん 豚肉の甘辛煮 とうもろこし	 豚肩ロース チーズ	うどん 	梅干し、きゅうり、トマト しょうが とうもろこし	七夕ゼリー☆
8 ／ 火	 ごはん	魚のマヨネーズ焼き わかめのおろしあえ 味噌汁	しろさけ ツナ缶 	 ごま 	スイートコーン、玉葱、人参、パセリ わかめ、大根、きゅうり しめじ、キャベツ、葉ねぎ	粉ふきいも 夏みかん
9 ／ 水	 ごはん	がんもどきのあんかけ汁 切干大根の和え物 味噌汁	がんもどき、豚ひき肉 ツナ缶 	 じゃがいも	人参、玉葱、さやいんげん 切干大根、人参、きゅうり、もやし、焼海苔 キャベツ	しらすご飯の おにぎり
10 ／ 木	 ごはん	豚肉のみそ漬け焼き カラフルサラダ すまし汁	豚ロース 豆腐	 	しょうが、にんにく、玉葱 オクラ、トマト、とうもろこし なす、もやし	ヨーグルト ビスケット（小麦）
11 ／ 金	 ごはん	夏野菜カレー 菜果サラダ	鶏もも肉 	じゃがいも 	人参、玉葱、トマト、なす、とうもろこし、青ピーマン キャベツ、きゅうり、みかん缶、パインアップル缶	にんじんごはんの おにぎり
12 ／ 土	 めん	焼きそば きゅうりスティック チーズ、バナナ	豚もも肉 チーズ	蒸し中華麺 	人参、玉ねぎ、キャベツ、青ピーマン きゅうり バナナ	ビスケット（小麦）

※　おやつについてはアレルギー特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）のみ表示いたします。