令和7年度　7月給食予定献立表

認定こども園　紫原幼稚園

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
	1	2　七夕誕生会	3	4	5
	ひやしちゅうか ぶたみそ わかめスープ	じゃこごはん フライドチキン たんざくサラダ すましじる・たなばたゼリー	メロンパン・りんごジュース さかなのトマトやき ひじきとかにかまのサラダ とうにゅうスープ	マーボーじゃが ごまずあえ かにたまスープ	ちゅうかどん わかめのみそしる ひとくちゼリー
	スキムミルク バナナレーズンケーキ	スキムミルク パイナップル・ホームパイ	スキムミルク あげたこやき	むぎちゃ カルピスゼリー	スキムミルク オレンジ・ミニサラダ
7	8	9	10	11	12
わふうチキンカツ せんぎりだいこんのごまあえ なすのみそしる	ごもくみそに ほうれんそうのツナサラダ すましじる	レバーのあまからに パイナップルサラダ コンソメスープ	きつねうどん さけそぼろ スイカ	さけのタンドリーふう ベーコンとこまつなのソテー タイピーエン	さんしょくそぼろどん とんじる
スキムミルク きなこサンド	スキムミルク ココアふくれがし	スキムミルク まがりせんべい・ごまいりこ	スキムミルク げんじパイ・スティックチーズ	いちごミルク シリアルバー	スキムミルク バナナ・えびせん
14	15	16	17	18　終業式	19　同窓会・お楽しみ会
ピザふうハンバーグ マカロニサラダ はくさいのみそしる	とりのてりやき あつあげとサクラエビのいために かぼちゃのみそしる	けいはん ししゃもやき さいかサラダ	ひやしちゅうか ぶたみそ わかめスープ	メロンパン・りんごジュース さかなのトマトやき ひじきとかにかまのサラダ とうにゅうスープ	ちゅうかどん わかめのみそしる ひとくちゼリー
むぎちゃ おにぎり	スキムミルク とうもろこし・ハッピーターン	スキムミルク じゃがいものチーズおやき	スキムミルク バナナレーズンケーキ	スキムミルク あげたこやき	スキムミルク オレンジ・ミニサラダ
21　海の日	22	23	24	25年長お楽しみ会	26
	マーボーじゃが ごまずあえ かにたまスープ	わふうチキンカツ せんぎりだいこんのごまあえ なすのみそしる	ごもくみそに ほうれんそうのツナサラダ すましじる	レバーのあまからに パイナップルサラダ コンソメスープ	さんしょくそぼろどん とんじる
	むぎちゃ カルピスゼリー	スキムミルク きなこサンド	スキムミルク ココアふくれがし	スキムミルク まがりせんべい・ごまいりこ	スキムミルク バナナ・えびせん
28	29	30	31		
きつねうどん さけそぼろ スイカ	さけのタンドリーふう ベーコンとこまつなのソテー タイピーエン	ピザふうハンバーグ マカロニサラダ はくさいのみそしる	けいはん ししゃもやき さいかサラダ		
スキムミルク げんじパイ・スティックチーズ	いちごミルク シリアルバー	むぎちゃ おにぎり	スキムミルク じゃがいものチーズおやき		

梅雨が明けると夏も本番となります。この時期は,急に暑くなるなるために食欲が低下して水分ばかりをとりがちです。暑さ対策をしっかり行い,暑い夏を乗り切りましょう。「スタミナ食品」として有名なウナギには,各種ビタミンが豊富に含まれています。また,「味覚障害」は亜鉛不足が大きな要因の一つとされていますが,ウナギには亜鉛も多く含まれていて,とても優秀な食材です。今年の土用の丑の日は7月19日と7月31日です。