

2025年07月分の献立（普通食）

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前			1	バナナ、牛乳	2	市販、牛乳	3	オレンジ、牛乳	4	すいか、牛乳	5	市販、ほうじ茶
昼食			パン、魚の磯辺焼き きゅうりの酢の物 トマトスープ		御飯、肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え みそ汁		ナポリタン キャベツの人参和え おくらスープ		パン、魚の野菜あんかけ なすとひき肉の炒めもの わかめスープ		チャーハン トマトのツナ和え オニオンスープ	
午後			ひじきご飯おやき		きなこスノーボール 牛乳		市販、牛乳		ゆかりごはん		市販 ほうじ茶	
午前	7	ヨーグルト	8	バナナ、牛乳	9	市販、牛乳	10	オレンジ、牛乳	11	すいか、牛乳	12	市販、ほうじ茶
昼食	七塔カレーライス フライドポテト すいか		パン、魚の香り焼き ブロッコリーのマヨネーズあえ トマト、豆腐スープ		焼きもちこしご飯 肉じゃが みそ汁		御飯、白身魚のから揚げ 野菜のナムル はるさめスープ		パン、ポークビーンズ かぼちゃのサラダ きのこのスープ		きつねうどん 大根と鶏肉の煮物 果物	
午後	きなこスノーボール、牛乳		おかかおにぎり		みかんゼリー、牛乳		市販、牛乳		やきやきごはん		市販 ほうじ茶	
午前	14	ヨーグルト	15	バナナ、牛乳	16	市販、牛乳	17	オレンジ、牛乳	18	すいか、牛乳	19	市販、ほうじ茶
昼食	御飯、小松菜のツナ和え 鶏むね肉のごまみそ焼き すまし汁		パン、魚の磯辺焼き きゅうりの酢の物 トマトスープ		御飯、肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え みそ汁		ナポリタン キャベツの人参和え おくらスープ		パン、魚の野菜あんかけ なすとひき肉の炒めもの わかめスープ		チャーハン トマトのツナ和え オニオンスープ	
午後	ソフトクッキー、牛乳		ひじきご飯おやき		きなこスノーボール 牛乳		黒糖まんじゅう、牛乳		ゆかりごはん		市販 ほうじ茶	
午前	21		22	市販、牛乳	23	バナナ、牛乳	24	オレンジ、牛乳	25	すいか、牛乳	26	市販、ほうじ茶
昼食			パン、魚の香り焼き ブロッコリーのマヨネーズあえ トマト、豆腐スープ		焼きもちこしご飯 肉じゃが みそ汁		御飯、白身魚のから揚げ 野菜のナムル はるさめスープ		パン、ポークビーンズ かぼちゃのサラダ きのこのスープ		きつねうどん 大根と鶏肉の煮物 果物	
午後			おかかおにぎり		みかんゼリー、牛乳		市販、牛乳		やきやきごはん		市販 ほうじ茶	
午前	28	ヨーグルト	29	バナナ、牛乳	30	市販、牛乳	31	オレンジ、牛乳				
昼食	御飯、小松菜のツナ和え 鶏肉のごまみそ焼き すまし汁		パン、魚の磯辺焼き きゅうりの酢の物 トマトスープ		御飯、肉豆腐 ブロッコリーのおかか和え みそ汁		ナポリタン キャベツの人参和え おくらスープ					
午後	ソフトクッキー、牛乳		ひじきご飯おやき		マカロニあべかわ 牛乳		塩バニラパン、牛乳					
	行事食：七塔カレーライス											
	7月7日は年に一度、彦星と織姫が出会うことができる日です。											
	夜空を見上げて天の川や彦星、織姫の星を探してみましょう。											
	給食のメニューは、七夕の夜空をイメージしました。											

