



# 令和7年7月保育園給食予定献立表



岩倉市保育園

日 曜	午前	昼食	3色分類			午後 (★手作りおやつ)
			あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)	
1 火	コアコア 飲むヨー グルト	五目ご飯 けんちん汁 (幼:角チーズ)	油揚げ 鶏肉 かまぼこ 豆腐 角 チーズ	米 砂糖 油 じゃがいも	にんじん ごぼう 干しいたけ グ リンピース だいこん こんにゃく ねぎ	牛乳 ★マカロニ安倍川 ドライプルー
2 水	きなこせ んべい	カジキと夏野菜のトマト煮 菜飯 キャベツのごま酢和え	かじき	砂糖 油 米 ごま	かぼちゃ なす たまねぎ オクラ トマト缶 乾燥大根葉 キャベツ も やし にんじん	牛乳 オレンジ 菓子
3 木	ヤクルト	厚揚げとじゃが芋の旨煮 ご飯 チンゲンサイの中華和え	厚揚げ 豚肉	じゃがいも 砂糖 油 米 ごま油	にんじん こんにゃく だいこん ね ぎ チンゲンサイ もやし	牛乳 バナナ ★わらびもち
4 金	オレンジ	焼きそば ウインナ(乳1、幼2) コッペパン きゅうりのわかめ和え	豚肉 かまぼこ あおのり スキン レスウインナ	焼きそば 油 コッペパン	キャベツ にんじん ピーマン きゅ うり	牛乳 スイカ 菓子
5 土	お茶	豚丼 パナナ スティックチーズ	豚肉 かまぼこ スティックチーズ	片栗粉 砂糖 米	しめじ たまねぎ にんじん ねぎ バナナ	お茶 菓子
7 月	スティック チーズ	星型ポテト チキンナゲット コーンご飯 ツナサラダ	つな チキンナゲット	星型ポテト 油 米 マヨドレ	コーン キャベツ きゅうり にんじ ん	牛乳 セタゼリー 菓子
8 火	アシドミル ク	豆腐のくず煮 ご飯 モロヘイヤの土佐和え	豆腐 鶏肉 花かつお	片栗粉 油 米	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ たけのこ モロヘイヤ	牛乳 バナナ ★ツナコーン蒸し パン
9 水	きなこせ んべい	煮込みハンバーグ ご飯 ほうれん草のサラダ	ハンバーグ	砂糖 米 いらごま マヨドレ	たまねぎ ほうれん草 キャベツ にんじん	ジョア オレンジ 菓子
10 木	ミルージュ	肉じゃが ご飯 ニラ納豆	豚肉 ちくわ 納豆	じゃがいも 砂糖 油 米	にんじん たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん なら	牛乳 ★枝豆 菓子
11 金	オレンジ	冷やし中華 ロールパン もやしのゆかり和え	つな	ごま 中華めん 砂糖 ロールパン	にんじん きゅうり トマト もやし	牛乳 バナナ 菓子
12 土	お茶	マーボー飯 オレンジ スティックチーズ	豆腐 豚ひき肉 豆みそ スティック チーズ	米 片栗粉 砂糖	にんじん たまねぎ ねぎ オレンジ	お茶 菓子
14 月	きなこせ んべい	炒り豆腐 ご飯 キャベツの土佐和え	高野豆腐 鶏肉 ひじき 花かつお	片栗粉 砂糖 米	にんじん たまねぎ さやいんげん キャベツ もやし	牛乳 菓子 グレープフルーツ
15 火	バナナ	夏野菜のカレーライス フレンチサラダ	豚肉 スキムミルク	米 カレールウ 油 砂糖 黒米	たまねぎ にんじん かぼちゃ な す キャベツ きゅうり みかん缶	ソファール にんじんケーキ ミニフィッシュ
16 水	ジョア	冬瓜のくず煮 ご飯 小松菜のごま和え	鶏肉 厚揚げ	片栗粉 米 すりごま 砂糖	冬瓜 干しいたけ にんじん ねぎ 小松菜	牛乳 クッキー ★オレンジゼリー
17 木	スティック チーズ	ツナの中華風炒め ご飯 たたききゅうり	つな ちくわ	じゃがいも 片栗粉 油 米 ごま油 砂糖	たまねぎ にんじん 干しいたけ たけのこ ピーマン きゅうり	お茶 菓子 ★ミルクくずもち
18 金	オレンジ	冷麦そばろ味噌 クロロール 中華風酢の物	鶏ひき肉 豆みそ ささみ	冷麦 砂糖 クロロール ごま油	もやし にんじん きゅうり	牛乳 バナナ 菓子
19 土	お茶	中華飯 パナナ スティックチーズ	豚肉 半平 スティックチーズ	米 片栗粉 油	たまねぎ にんじん 干しいたけ もやし ピーマン バナナ	お茶 菓子
21 月	<b>海の日</b>					
22 火	きなこせ んべい	かぼちゃのクリーム煮 わかめご飯 小松菜の塩昆布和え	鶏肉 スキムミルク わかめ 塩昆 布	米粉クリームルウ 油 米	かぼちゃ たまねぎ にんじん 小 松菜	牛乳 ★ココアういろ ドライプルー
23 水	バナナ	ミンチカツ ゆかりご飯 具だくさんみそ汁 (幼:角チーズ)	ミンチカツ 豆腐 豆みそ 角チー ズ	油 米	にんじん ごぼう だいこん ねぎ	アシドミルク オレンジ 菓子
24 木	ラブミーブ ラス	冬瓜のカレー煮 ご飯 大豆のサラダ	豚肉 厚揚げ 蒸し大豆	カレールウ 米 マヨドレ 油	にんじん たまねぎ 冬瓜 きゅうり コーン	牛乳 ★マーマレードの 蒸しパン ミニフィッシュ
25 金	スティック チーズ	冷やしうどん ミルクロール キャベツのナムル	つな 塩昆布	うどん 砂糖 ミルクパン ごま油	にんじん きゅうり トマト キャベツ もやし	牛乳 バナナ 菓子
26 土	お茶	チンジャオロース丼 オレンジ スティックチーズ	豚肉 スティックチーズ	片栗粉 米	ピーマン にんじん たまねぎ たけ のこ 干しいたけ オレンジ	お茶 菓子
28 月	きなこせ んべい	ひじきの炒め煮 ご飯 きゅうりのシラス和え	ひじき 厚揚げ 鶏肉 ちくわ シラ ス干し	砂糖 油 米	にんじん こんにゃく コーン きゅ うり	牛乳 オレンジ 菓子
29 火	スティック チーズ	マーボーナス丼 コーンと野菜の三杯酢	豚ひき肉 ちくわ 豆みそ	片栗粉 砂糖 米	なす たまねぎ にんじん ピーマン コーン もやし きゅうり キャベツ	牛乳 バナナ 菓子
30 水	オレンジ	炒りどり ご飯 オクラの土佐和え	鶏肉 半平 花かつお	じゃがいも 砂糖 油 米	ごぼう にんじん こんにゃく 干し いたけ さやいんげん オクラ	牛乳 菓子 ★茹でとうもろこし
31 木	バナナ	チリコンカン ご飯 キャベツの甘酢漬	豚ひき肉 大豆	じゃがいも 片栗粉 砂糖 油 米	コーン たまねぎ にんじん ピーマ ン トマト キャベツ もやし みかん 缶	牛乳 菓子 フルーツゼリー

## 暑い夏の水分補給のポイント!

- ◆ コップ1杯程度をこまめに飲む
- ◆ のどが渴いたと感じる前に飲む
- ◆ 汗をたくさんかいた時には塩分も一緒にとる

本格的な夏が到来しました☀️熱中症予防のためにもこまめな水分補給をこころがけましょう!

一緒に食中毒予防もしましょう!!

ペットボトルは、飲みかけのまま放置すると細菌が増えて、食中毒の危険に!!



口をついたら早めに飲み切るようにしましょう。

献立は諸事情により変更となる場合があります。

7月20日(日)に第27回参议院議員  
通常選挙が執行されます。  
忘れずに投票に出かけましょう!

～ 参院選 思いを託す  
この一票 ～

岩倉市選挙管理委員会・岩倉市明るい選挙推進協議会

