

ヒーローズ保育園(一般)

2025年07月分の献立

			1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
午前			牛乳	牛乳	牛乳 『郷土料理：高知県』	牛乳	牛乳
昼食			○おくらごはん ○さわら煮つけ ○白菜と揚げのおかか和え ○じゃがいもとたまねぎのみそ汁 ○ミニゼリー	○ごはん ○鶏肉と野菜のみそ炒め ○はりはりサラダ ○キャベツと長ねぎのみそ汁 ○バナナ	○こうし飯 ○かつおのたたき風 ○里芋のころばし ○ナスのみそ汁 ○桃 	○豚スタミナ丼 ○ほうれんそうのおかか和え ○えのきとお麩のみそ汁 ○オレンジ	○ねぎ塩豚チャーハン ○もやしときゅうりのナムル ○にらと椎茸のスープ ○ミニゼリー
午後			○牛乳 ○豚まん	○牛乳 ○クラッカージャムサンド	○牛乳 ○いも天	○牛乳 ○ももヨーグルト ○マンナウエハース	○牛乳 ○バナナ ○アンパンマンビスケット
	6(日)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
午前		牛乳 『七夕メニュー』	牛乳 『食育：とうもろこし皮むき』	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		○七夕そうめん ○鶏肉の照焼 ○ポテトサラダ ○すいか	○ロールパン ○レバー入りチキンラタトゥイユ ○もやしの甘酢サラダ ○オニオンスープ ○ヨーグルト	○マーボーなす丼 ○キャベツのごまあえ ○豆苗の中華スープ ○バナナ	○ごはん ○五目卵焼き ○大根といんげんのおかか和え ○かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 ○オレンジ	○ごはん ○鯖のみそ照り焼き ○チンゲンサイの納豆あえ ○わかめとしめじのすまし汁 ○キウイフルーツ	○ナポリタンスパゲティ ○キャベツとコーンのサラダ ○野菜スープ ○バナナ
午後		○牛乳 ○七夕フルーツポンチ ○星クッキー	○麦茶 ○ゆでとうもろこし ○昆布チーズおにぎり	○牛乳 ○ツナオニオントースト	○牛乳 ○ふかしもち	○牛乳 ○ホットケーキ	○牛乳 ○鉄チーズ ○アンパンマンお野菜せんべい
	13(日)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳 『世界料理：シンガポール』	牛乳	牛乳
昼食		○ごはん ○豚肉と野菜の煮物 ○小松菜とコーンの和えもの ○豆腐とはくさいのみそ汁 ○オレンジ	○おくらごはん ○さわら煮つけ ○白菜と揚げのおかか和え ○じゃがいもとたまねぎのみそ汁 ○ミニゼリー	○ごはん ○鶏肉と野菜のみそ炒め ○はりはりサラダ ○キャベツと長ねぎのみそ汁 ○バナナ	○カオマンガイ（シンガポールチキンライス） ○ラクサ風スープ ○りんご缶 	○豚スタミナ丼 ○ほうれんそうのおかか和え ○えのきとお麩のみそ汁 ○オレンジ	○ねぎ塩豚チャーハン ○もやしときゅうりのナムル ○にらと椎茸のスープ ○ミニゼリー
午後		○牛乳 ○きな粉マカロニ	○牛乳 ○豚まん	○牛乳 ○クラッカージャムサンド	○牛乳 ○パイナップルタルト	○牛乳 ○ももヨーグルト ○マンナウエハース	○牛乳 ○バナナ ○アンパンマンビスケット
	20(日)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
午前			牛乳 『食育：ホットケーキ実演』	牛乳	牛乳	牛乳 『誕生日会メニュー』	牛乳
昼食			○ごはん ○鯖のみそ照り焼き ○チンゲンサイの納豆あえ ○わかめとしめじのすまし汁 ○キウイフルーツ	○マーボーなす丼 ○キャベツのごまあえ ○豆苗の中華スープ ○バナナ	○ごはん ○五目卵焼き ○大根といんげんのおかか和え ○かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 ○オレンジ	○ひまわりキーマカレー ○鮭とれんこんのマリネサラダ ○コンソメスープ ○ミニゼリー	○ナポリタンスパゲティ ○キャベツとコーンのサラダ ○野菜スープ ○バナナ
午後			○牛乳 ○おえかきホットケーキ	○牛乳 ○ツナオニオントースト	○牛乳 ○ふかしもち	○牛乳 ○誕生日ミルクレープ	○牛乳 ○鉄チーズ ○アンパンマンお野菜せんべい
	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)		
午前		牛乳	牛乳 『きんぎょがにげた：絵本給食』	牛乳	牛乳 『夏祭り屋台給食』		
昼食		○ごはん ○豚肉と野菜の煮物 ○小松菜とコーンの和えもの ○豆腐とはくさいのみそ汁 ○オレンジ	○三色丼 ○白菜とつるむらさきのおかか和え ○大根と長ねぎのみそ汁 ○バナナ 	○ロールパン ○チキンラタトゥイユ ○もやしの甘酢サラダ ○オニオンスープ ○ヨーグルト	○焼きそば ○鶏の唐揚げ ○フライドポテト ○野菜スティック ○すいか 		※仕入れの都合により献立が変更 する場合があります。
午後		○牛乳 ○きな粉マカロニ	○牛乳 ○手作りクッキー	○麦茶 ○ゆでとうもろこし ○昆布チーズおにぎり	○牛乳 ○ベビーカステラ		