



おいしいかな

令和7年7月1日
7月給食だより
さくらぎ保育園
TEL 24-6186

今月の完全給食		保護者の方へ	主食にパンを 持ってきて良い日
7月 11日(金)	7月 25日(金) お誕生会	・完全給食はお弁当はいりませんが、 お箸を忘れずに持たせてください(3歳以上児)	7、12、14、19、26日
		・献立を確認し、スプーンが必要な場合は 用意をお願いします(3歳以上児)	

日	曜	おやつ		お食事(全園児)	3歳未満児 専用献立	備考
		網かけは手作りおやつ 10時	3時			
1	火	牛乳	いももち	コーン入りオムレツ 切干煮つけ みそ汁(わかめ、小ねぎ) パナナ	のりごはん	
2	水	牛乳	*お菓子	魚の磯辺揚げ 酢しょうゆあえ みそ汁(玉葱、油揚げ) オレンジ	ごはん	
3	木		お菓子 牛乳	鶏肉の照り焼き おかかあえ みそ汁(大根、人参) パイン	ごはん	
4	金	牛乳 (全クラス)	豆乳プリン	マーボー豆腐 ポパイサラダ 中華スープ(かにかま、レタス) ゴールドキウイ	ごはん	
5	土			運 動 会		
7	月	牛乳	*お菓子	納豆そうめん チキンサラダ 麦茶 オレンジ	食パン	
8	火	牛乳	*チーズ蒸しパン	煮魚 ごまあえ みそ汁(きゃべつ、えのき) キウイ	おにぎり	3歳以上児も おにぎりOK
9	水	牛乳 (全クラス)	*お菓子	すき焼き風煮物 かぼちゃサラダ みそ汁(麩、卵) パナナ	ごはん	
10	木	牛乳 (全クラス)	アイス	豆腐の千草焼き ひじきの煮つけ みそ汁(わかめ、油揚げ) パイン	ごはん	
11	金		お菓子 牛乳	シスコライス ポテトサラダ スープ フルーツ盛り合わせ		完全給食
12	土	牛乳 (全クラス)	お菓子	マカロニのクリーム煮 野菜ナムル スープ(玉葱、コーン) ゴールドキウイ	食パン	
14	月	牛乳	*お菓子	ナポリタンスパゲティ 炒り卵のサラダ スープ(かにかま、ミックスベジタブル) オレンジ	食パン	
15	火	牛乳	*お菓子	メンチカツ なめたけあえ みそ汁(なす、豆腐) パナナ	ごはん	
16	水	牛乳	*あんバター サンド	厚揚げの中華炒め コロコロサラダ みそ汁(麩、ほうれん草) キウイ	ごはん	
17	木	牛乳	*お菓子	魚のトマトソース 大根きんぴら みそ汁(小松菜、油揚げ) パイン	ごはん	
18	金	牛乳 (全クラス)	ヨーグルト	チキンカレー 中華風酢の物 麦茶 メロン	ごはん	
19	土	牛乳 (全クラス)	お菓子	五目炒り卵 ハムサラダ スープ(ウインナー、きゃべつ) オレンジ	食パン	
21	月			海 の 日(お 休 み)		
22	火	牛乳	*お菓子	豆腐ハンバーグ 人参しりしり みそ汁(玉葱、えのき) ゴールドキウイ	ごはん	
23	水	牛乳	*お菓子	ポークチャップ 磯辺あえ みそ汁(大根、なめこ) パナナ	ごはん	
24	木	牛乳	きなこ団子	鶏肉の卵とじ 和風サラダ みそ汁(豆腐、わかめ) パイン	ごはん	
25	金		お菓子 牛乳	冷やしラーメン コールスローサラダ コッペパン ヤクルト すいか		お誕生会 完全給食
26	土	牛乳 (全クラス)	お菓子	春雨炒め しゅうまい スープ(卵、玉葱) キウイ	食パン	
28	月	牛乳	チュロス	かに玉風卵焼き マカロニサラダ みそ汁(なす、油揚げ) オレンジ	わかめごはん	
29	火	牛乳	*お菓子	油淋鶏 あえもの みそ汁(白菜、人参) パナナ	ごはん	
30	水	牛乳	コーンフレーク クッキー	さばのみそ煮 納豆あえ すまし汁(かにかま、みつば) ゴールドキウイ	ごはん	
31	木	牛乳	*お菓子	ピーマンの肉詰め ツナサラダ みそ汁(麩、長ネギ) パイン	ごはん	

- ・10時の牛乳は未満児のみです。(都合によって以上児も10時に牛乳を飲む場合があります)
- ・以上児は午後のおやつ時に牛乳が付きます。(※は未満児にも牛乳が付きます)

栄養摂取量目標値 → 3歳未満児 エネルギー 463kcal たんぱく質 17.4g 脂質 13.9g 食塩 1.5g
3歳以上児(主食含む) エネルギー 574kcal たんぱく質 21.5g 脂質 17.2g 食塩 1.6g

- ・3歳以上児の主食として持ってくるができるパンは「食パン」のみとなっています。