

2025年

7月

給食献立表

くりくま保育園

			給食	材料	うさぎ〜ぞう おやつ (材料)	ひよこ〜りす おやつ (材料)
1	火		ごはん タンドリーチキン マセドアンサラダ	白米 鶏肉 ヨーグルト にんにく 土生姜 塩 コショウ カレー粉 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 パプリカ 砂糖 塩 コショウ 米酢 オリーブ油	お茶 プレーンケーキ (薄力粉 バター 砂糖 BP 牛乳 卵)	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) 季節のみかん
2	水		ごはん 豚肉の味噌炒め 冬瓜の煮付け	白米 豚肉 厚揚げ キャベツ 玉葱 人参 青葱 砂糖 塩 コショウ 味噌 片栗粉 菜種油 冬瓜 土生姜 醤油 みりん 削り節	お茶 ヨーグルト 干しブルーーン	人参のおやき (人参 りんご 片栗粉) さくっとあられ
3	木	17	ごはん 肉じゃが 中華胡瓜	白米 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 絹さや つきこん 砂糖 醤油 みりん 削り節 胡瓜 砂糖 醤油 米酢 胡麻油	牛乳 ごま味噌蒸しパン (米粉 砂糖 BP 味噌 白胡麻 菜種油 米酢)	蒸しじゃが (じゃが芋) 干しブルーーン
4	金	18	鯛めし 蒸しとうもろこし 青菜のみそ汁	白米 鯛 塩 醤油 みりん 削り節 とうもろこし 小松菜 人参 わかめ 厚揚げ 味噌 削り節	牛乳 豆腐ドーナツ (木綿豆腐 薄力粉 砂糖 BP 菜種油)	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) りんご
5	土	19	ごはん 鶏肉と白菜の煮物 キャベツの胡麻和え	白米 鶏肉 白菜 生椎茸 白葱 油揚げ 醤油 削り節 キャベツ 白胡麻 砂糖 醤油	牛乳 つぶせんべい 5日 りんご 19日 芋かりんとう	5日蒸し芋 (さつま芋) 19日 むらさき芋せんべい 季節のみかん
7	月		ごはん 豚肉のコーン蒸し オクラの磯和え	白米 豚ミンチ おから 玉葱 とうもろこし ピーマン 干し椎茸 土生姜 塩 醤油 片栗粉 オクラ もやし えのき あおさ 醤油	牛乳 すいか寒天 (すいか 砂糖 塩 寒天 甘納豆)	とうもろこし饅頭 (とうもろこし 上新粉) ベビースティック
8	火	22	ごはん 干切大根の煮物 長芋の梅肉和え	白米 牛肉 切干大根 油揚げ 人参 玉葱 干し椎茸 絹さや 砂糖 醤油 みりん 削り節 長芋 梅干し 焼きのり 醤油	牛乳 枝豆 星っこせんべい 22日 きらず揚げ	かぼちゃもち (かぼちゃ 片栗粉) 干しブルーーン
9	水	23	ごはん 鮭の照り焼き きんぴらごぼう	白米 鮭 醤油 みりん ごぼう 人参 蓮根 三度豆 砂糖 醤油 みりん 菜種油	牛乳 デラウェア 玄米ぼんぼー	蒸し芋 (さつま芋) デラウェア
10	木	24	ごはん 炒り鶏 干草和え	白米 鶏肉 大根 人参 干し椎茸 ごぼう 蓮根 絹さや こんにゃく 砂糖 醤油 みりん 削り節 菜種油 小松菜 えのき もやし 醤油	牛乳 ボンデケージョ (チーズ 木綿豆腐 じゃが芋 片栗粉 砂糖 塩)	長芋のおやき (長芋 キャベツ 片栗粉 塩) むらさき芋せんべい
11	金	25	豚しゃぶ冷やしうどん 蓮根のかか煮	うどん 豚肉 胡瓜 もやし トマト モロヘイヤ わかめ 大葉 梅干し 醤油 みりん 片栗粉 削り節 蓮根 かつお節 醤油 みりん 削り節	お茶 だしからおにぎり (白米 削り節 砂糖 醤油 みりん) 返りちりめん	青菜おにぎり (白米 青菜 塩) 干しブルーーン
12	土	26	ごはん 牛肉の時雨煮 青のりポテト	白米 牛肉 蓮根 人参 ごぼう 絹さや 系こんにゃく 土生姜 砂糖 醤油 みりん 削り節 じゃが芋 青のり 塩	牛乳 季節のみかん おとう屋さんのビスケット	蒸し芋 (さつま芋) 季節のみかん
14	月	28	ごはん 鰯の梅肉揚げ シルバーサラダ	白米 鰯 梅干し 大葉 塩 薄力粉 菜種油 春雨 胡瓜 キャベツ トマト 砂糖 塩 米酢 オリーブ油	牛乳 キャロットパン (薄力粉 ドライイースト 砂糖 塩 バター 人参)	蒸しじゃが (じゃが芋) 干しブルーーン
15	火	29	ごはん 鶏肉の香り焼き 夏野菜の炊き合わせ	白米 鶏肉 にんにく 土生姜 醤油 みりん 高野豆腐 かぼちゃ 玉葱 茄子 三度豆 砂糖 醤油 みりん 削り節	牛乳 すいか 干しブルーーン	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) すいか
16	水	30	ごはん 八宝菜 青菜のじゃこ和え	白米 豚肉 キャベツ にら 人参 ピーマン 玉葱 もやし 生椎茸 塩 コショウ 醤油 片栗粉 菜種油 チンゲン菜 ちりめんじゃこ えのき 醤油	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ 砂糖 きな粉 塩) チーズ	蒸し芋 (さつま芋) ベビースティック
	木	31	ごはん 牛肉の新生姜炒め わかめの酢の物	白米 牛肉 キャベツ 玉葱 パプリカ 新生姜 塩 コショウ 醤油 みりん 菜種油 わかめ 人参 もやし 胡瓜 砂糖 醤油 米酢	牛乳 りんごゼリー (りんご リンゴジュース) 寒天 砂糖) 桂川	蒸しじゃが (じゃが芋) りんご寒天 (りんご 寒天)

7/4・18は鯛めしです。鯛めしは愛媛の郷土料理で、実は2種類存在します！
鯛と出汁で炊きこむものを松山鯛めしといい、鯛のお刺身をご飯にのせ、卵黄を加えたタレをかけたものを宇和島鯛めしといいます。
今後もしいついたら全国各地の郷土料理を給食に入れようかなと思っているので、お楽しみに！