



献立表

2025 西嶺保育園

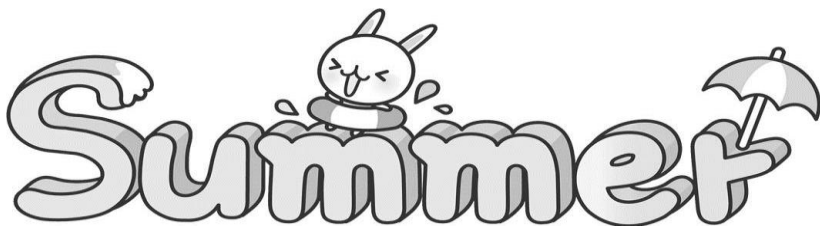
★目標★
夏に旬な食材を食べ
丈夫な体をつくろう！

☆旬の食材☆
レタス・きゅうり・なす・かぼちゃ
おくら・アジ・万願寺・冬瓜
ピーマン・ズッキーニ・トマト

1日（金）お誕生日会	2日（土）
油淋鶏 鶏肉 ねぎ にんにく 生姜 片栗粉 小麦粉	豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
マロニーの中華和え マロニー ツナ もやし 人参 きゅうり	
レタスの卵スープ レタス 卵 玉ねぎ 片栗粉	もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
レモンケーキ 小麦粉 卵 コーンスターチ ベーキングパウダー レモン汁	市販菓子
牛乳	

4日（月）	5日（火）	6日（水）	7日（木）	8日（金）	9日（土）
にしんなす にしん なす	鶏肉のさっぱり煮 鶏肉 卵 にんにく 生姜	高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 卵 玉ねぎ 人参 グリーンピース	夏野菜のあんかけ丼 鶏ミンチ 万願寺 なす 人参 玉ねぎ 生姜 片栗粉	夏野菜カレー 鶏肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ ズッキーニ なす カレールー	豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
きゅうりの昆布和え きゅうり 塩昆布	かぼちゃの土佐煮 かぼちゃ かつお節	冬瓜と鶏の煮物 冬瓜 鶏肉 人参 生姜		ひじきソテー ひじき 人参 ベーコン コーン	
切干大根の味噌汁 切干大根 人参 玉ねぎ	おぐらの味噌汁 おくら 玉ねぎ 油揚げ	椎茸のすまし汁 干し椎茸 玉ねぎ わかめ	えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ		もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
スコーン 小麦粉 バター ヨーグルト シロップ	じゃこご飯 米 じゃこ ねぎ	おくらのお好み焼き おくら キャベツ 豚肉 卵 天かす 青のり マヨネーズ	ホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 卵	いちごヨーグルト いちごジャム ヨーグルト ウエハース	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
11日（月）	12日（火）	13日（水）	14日（木）お盆	15日（金）お盆	16日（土）お盆
	かに玉 卵 カニカマ 玉ねぎ	アジの南蛮漬け アジ 玉ねぎ 人参 ねぎ 片栗粉 小麦粉	麻婆丼 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ ニラ にんにく 生姜	夏野菜のあんかけ丼 鶏ミンチ 万願寺 なす 人参 玉ねぎ 生姜 片栗粉	和風スパゲッティ アスパラガス しめじ ツナ ベーコン にんにく パスタ 刻み海苔
山の日	野菜炒め 人参 キャベツ もやし 玉ねぎ チンゲン菜 豚ミンチ	梅風味和え物 ひじき 切干大根 もやし 豆苗 梅干し			
	わかめの中華スープ わかめ 人参 玉ねぎ	あおさの味噌汁 あおさ 豆腐	もやしの中華スープ もやし 人参 玉ねぎ	えのきの味噌汁 えのき 玉ねぎ わかめ	コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
	揚げパン ロールパン	みかんゼリー みかん缶 ミカンジュース	市販菓子	市販菓子	市販菓子
	牛乳	牛乳			
18日（月）	19日（火）	20日（水）	21日（木）	22日（金）	23日（土）
にしんなす にしん なす	回鍋肉 豚肉 キャベツ ピーマン	油淋鶏 鶏肉 ねぎ にんにく 生姜 片栗粉 小麦粉	麻婆丼 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ ニラ にんにく 生姜	夏野菜カレー 鶏肉 玉ねぎ 人参 かぼちゃ ズッキーニ なす カレールー	和風スパゲッティ アスパラガス しめじ ツナ ベーコン にんにく パスタ 刻み海苔
きゅうりの昆布和え きゅうり 塩昆布	ほうれん草のソテー ほうれん草 コーン 人参	マロニーの中華和え マロニー ツナ もやし 人参 きゅうり		ひじきソテー ひじき 人参 ベーコン コーン	
切干大根の味噌汁 切干大根 人参 玉ねぎ	春雨スープ 春雨 人参 玉ねぎ	レタスの卵スープ レタス 卵 玉ねぎ 片栗粉	もやしの中華スープ もやし 人参 玉ねぎ		コンソメスープ 人参 玉ねぎ 鶏肉 コーン
スコーン 小麦粉 バター ヨーグルト シロップ	ツナサンド ツナ 玉ねぎ 食パン マヨネーズ	イタリアンスパゲッティ ズッキーニ ベーコン 玉ねぎ ピーマン トマト缶 にんにく パスタ	みかんゼリー みかん缶 ミカンジュース	いちごヨーグルト いちごジャム ヨーグルト ウエハース	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
25日（月）	26日（火）	27日（水）	28日（木）	29日（金）	30日（土）
高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 卵 玉ねぎ 人参 グリーンピース	回鍋肉 豚肉 キャベツ ピーマン	鶏肉のさっぱり煮 鶏肉 卵 にんにく 生姜	天津飯 卵 カニカマ 玉ねぎ 人参 干し椎茸 ねぎ 片栗粉	アジの南蛮漬け アジ 玉ねぎ 人参 ねぎ 片栗粉 小麦粉	豚丼 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ 糸こんにゃく 生姜 いりごま
冬瓜と鶏の煮物 冬瓜 鶏肉 人参 生姜	ほうれん草のソテー ほうれん草 コーン 人参	かぼちゃの土佐煮 かぼちゃ かつお節		梅風味和え物 ひじき 切干大根 もやし 豆苗 梅干し	
椎茸のすまし汁 干し椎茸 玉ねぎ わかめ	春雨スープ 春雨 人参 玉ねぎ	おぐらの味噌汁 おくら 玉ねぎ 油揚げ	わかめの中華スープ わかめ 人参 玉ねぎ	あおさの味噌汁 あおさ 豆腐	もずくの味噌汁 もずく 人参 玉ねぎ
じゃこご飯 米 じゃこ ねぎ マヨネーズ	おくらのお好み焼き おくら キャベツ 豚肉 卵 天かす 青のり マヨネーズ	ツナサンド ツナ 玉ねぎ 食パン マヨネーズ	揚げパン ロールパン	ホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 卵	市販菓子
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	

☆ お誕生日会 ☆
今月は
1日（金）です



※献立は材料の入手状況により変更する場合がありますのでご了承ください