

★🌴★🌴

2025年度 多治見市 若草保育園

にち	ようび	午前おやつ		おひるごはん		午後おやつ		未満児	
								エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)
1	火	鉄塩せん	牛乳	冷やしうどん ししゃも焼き じゃが芋の甘酢和え パナナ	国産野菜ゼリー	牛乳	417	2.0	
2	水	むらさきいもせんべい	牛乳	ご飯 さばの竜田揚げ ブロッコリーのサラダ 赤だし	米粉マカロニのきな粉和え	牛乳	517	1.4	
3	木	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 焼き豆腐の野菜あんかけ きんぴらごぼう 味噌汁	じゃがもち(甘だれ)	牛乳	420	1.6	
4	金	メロン	牛乳	ご飯 マーボー茄子 キャベツの中華和え 中華スープ	ヨーグルト和え	牛乳	445	1.5	
5	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	289	0.4	
6	日								
7	月	おこめせん	牛乳	七夕そうめん 南瓜サラダ すいか	(未) 国産ももゼリー	牛乳	459	3.0	
8	火	パナナ	牛乳	ご飯 酢豚 もやしのナムル 春雨スープ	フルーツダイスゼリー	牛乳	508	1.8	
9	水	鉄塩せん	牛乳	菜めし 厚揚げの煮付け キャベツの胡麻和え なすの味噌汁	とうもろこし米粉蒸しパン	牛乳	471	2.0	
10	木	赤ちゃんせんべい	牛乳	ナポリタンスパゲティ じゃが芋の和えもの 野菜スープ	ぶどうヨーグルト	牛乳	402	1.9	
11	金	むらさきいもせんべい	牛乳	ご飯 まかじきのあんかけ にんじんサラダ 切干大根の味噌汁	チーズトースト青のり風味	牛乳	550	2.0	
12	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	289	0.4	
13	日								
14	月	おこめせん	牛乳	ご飯 鶏肉のくわ焼き 白菜の胡麻和え 赤だし	カレーじゃがもち	牛乳	441	1.5	
15	火	鉄塩せん	牛乳	ご飯 キーマカレー フレンチサラダ メロン	米粉マカロニのみたらし風	牛乳	447	1.5	
16	水	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 あじフライ きゅうりとわかめの酢の物 夏野菜スープ	杏仁豆腐	牛乳	469	1.4	
17	木	むらさきいもせんべい	牛乳	冷やし中華 厚揚げのおろしかけ すいか	卵を使っていないプリン	牛乳	457	2.7	
18	金	パナナ	牛乳	ご飯 さわらの味噌漬け焼き ひじきの炒め煮 吸物	パンのかりんとう	牛乳	535	1.6	
19	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	289	0.4	
20	日								
21	月			海の日					
22	火	おこめせん	牛乳	ご飯 鶏肉のスパイス煮 大豆と枝豆のマヨネーズ和え トマトのスープ	黒糖ボール	牛乳	481	1.2	
23	水	パナナ	牛乳	ご飯 鮭の米パン粉焼き キャベツの和えもの 味噌汁	チーズボンデ	牛乳	537	1.3	
24	木	赤ちゃんせんべい	牛乳	ご飯 マーボー豆腐 白菜と胡瓜の中華和え メロン	フルーツあんみつ	牛乳	437	1.3	
25	金	むらさきいもせんべい	牛乳	ご飯 さわらの竜田揚げ 大根のおかか和え 赤だし	南瓜の包み焼き	牛乳	488	1.4	
26	土	せんべい	牛乳	弁当持参	クロワッサン	牛乳	289	0.4	
27	日								
28	月	おこめせん	牛乳	ご飯 ひじき入りハンバーグ 小松菜のごま和え 冬瓜汁	のり塩ボール	牛乳	446	1.3	
29	火	メロン	牛乳	ご飯 さわらの野菜ケチャップあんかけ キャベツのマヨネーズ和え 味噌汁	フライドポテト	牛乳	488	1.2	
30	水	パナナ	牛乳	ご飯 さばのカレー焼き ごぼうの胡麻和え 赤だし	米粉チヂミ	牛乳	552	1.4	
31	木	赤ちゃんせんべい	牛乳	ジャージャー麺 ツナとおくらの和え物 すいか	とうもろこし	牛乳	421	2.0	

*都合により献立を変更する場合があります。

旬の食べ物

1 日 冷やしうどん
7 日 すいか
11 日 まかじきのあんかけ
16 日 あじフライ
夏野菜スープ
17 日 冷やし中華
すいか
22 日 大豆と枝豆のマヨネーズ和え
トマトのスープ
31 日 すいか
おやつ：とうもろこし

七夕献立

7 日 セタそうめん
 南瓜サラダ
 すいか



たじみ健康ハッピープランイメージキャラクター
バックン