

ルンビニこども園（2.3.4.5歳児）

2025年07月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 牛乳、クッキー	2 牛乳、ボーロ	3 牛乳、いりこ	4 牛乳、ウエハース	5 麦茶
昼食		ゆかりご飯、えのきのみそ汁、タンドリーチキン、ほうれん草の胡麻和え	ご飯、 けんちん汁 、さわらと人参の煮物、きゅうりの酢の物	ご飯、キャベツのみそ汁、肉団子のケチャップ煮、切干大根のサラダ、果物	麦ご飯、豆腐のすまし汁、鶏むね肉のごまみそ焼き、キャベツのツナ和え	ロールパン、コーンクリームスープ
午後		牛乳、ツナサンド	牛乳、昆布おにぎり	牛乳、 金魚ゼリー 、せんべい	牛乳、野菜もち	
午前	☆7 牛乳、せんべい	8 牛乳、果物	9 牛乳、クラッカー	10 牛乳、ボーロ	11 牛乳、あられ	12 麦茶
昼食	天の川ご飯、野菜スープ、キラキラセタバーグ、きゅうりのピクルス、果物	ご飯、えのきのみそ汁、白身魚のコーンフライ、チンゲン菜の和え物	わかめご飯、ほうれんそうのスープ、マーボーなす、トマトの和え物	麦ご飯、小松菜のみそ汁、魚の野菜あんかけ、さつま芋の甘煮、納豆	ご飯、スタミナカレー、チキンカツ、おくらのおかか和え、果物	野菜たっぷり皿うどん
午後	牛乳、お星さまクッキー	牛乳、きなこおにぎり	牛乳、ごまいりこ、バナナ	牛乳、かぼちゃドーナツ	りんごジュース、ヨーグルト、クッキー	
午前	14 牛乳、ウエハース	15 牛乳、クラッカー	☆16 牛乳、果物	17 牛乳、せんべい	18 牛乳、いりこ	19 麦茶
昼食	麦ご飯、キャベツの味噌汁、ししゃものごま衣焼き、スパゲティサラダ	ご飯、じゃがいものみそ汁、豚肉の香り焼き、なすの梅和え、果物	麦ご飯、もやしのみそ汁、厚揚げのそぼろあん、きゅうりの和え物、もろみ納豆	ご飯、しそひじきふりかけ、えのきの味噌汁、魚と焼き野菜、 ポテトチーズ 、果物	ねぎ胡麻ご飯 、おくらのスープ、鶏の海苔焼き、コールスローサラダ	コッペパン、ミネストローネ
午後	牛乳、さつまいも蒸しパン	牛乳、ロールパン	牛乳、ゴマ塩おにぎり	麦茶、せんべい、オレンジシャーベット	牛乳、抹茶入りパウンドケーキ	
午前	21	22 牛乳、ボーロ	23 牛乳、せんべい	24 牛乳、あられ	25 牛乳、ウエハース	26 麦茶
昼食	海の日 	梅さっぱりご飯 、なすのみそ汁、魚と納豆のふわふわ揚げ、コールスローサラダ、果物	ご飯、なすとたまねぎの味噌汁、カレー肉じゃが、きゅうりとトマトのサラダ	麦ご飯、油揚げのみそ汁、白身魚のオーロラソースかけ、きんぴらごぼう	ご飯、とうがんのスープ、手作り春巻き、パンパンジー、果物	焼き豚ラーメン
午後		牛乳、サクサクパイ	牛乳、胡麻おかかおにぎり	牛乳、チーズケーキ	野菜ジュース、ヨーグルトフレック	
午前	☆28 牛乳、いりこ	☆29 牛乳、クッキー	30 牛乳、果物	31 牛乳、クラッカー	※緑のメニューは【嬉野の郷土料理】です。 ※午前おやつは、0・1・2歳児のおやつです。 ※紫色は新メニューです。	
昼食	じゃこご飯、チンゲン菜のすまし汁、レバーの胡麻ソースからめ、キャベツのおかか和え	ご飯、わかめのみそ汁、肉豆腐、ピーマンのごまツナあえ、果物	麦ご飯、えのきのみそ汁、魚の味噌煮、かぼちゃのそぼろあんかけ、もろみ納豆	ご飯、わかめのみそ汁、さけの塩焼き、野菜のナムル		
午後	牛乳、 もちもちチーズパン	牛乳、変わりピザ	牛乳、 肉そぼろご飯	牛乳、ココアバターサンド		
	 ☆7/16 (月) マクロビオーデ ☆7/29 (火) ベジタブルデー (ピーマン) ☆7/7 (月) お楽しみランチ ☆7/28 (月) カムカムデー (ピーマン) ☆7/7 (月) お楽しみおやつ  - 旬の魚は、スズキ、かんぱちです。 - 旬の果物は、パイナップル、スイカです。					