

きゅうしょくだより 7月

慶光保育園

令和7年6月30日発行

月	火	水	木	金	土
	1 ・五目蒸し卵 ・厚揚げの煮物 ・ししゃも ・トマト	2 ・大豆とゴーヤのかき揚げ ・わかめと胡瓜の酢の物 ・オレンジ	3 ・魚の塩こうじ焼き ・ジャーマンポテト ・オクラの胡麻和え ・リンゴ	4 ・豆腐ハンバーグ ・キャベツの塩昆布和え ・ゆかりスパ ・バナナ	5 夏祭り 
	・チーズ入りじゃが丸君 ・牛乳	・ごまマフィン ・牛乳	・プリン ・牛乳	・メロンパン風トースト ・牛乳	
7 ・レバーの甘辛煮 ・野菜のオーロラ和え ・オレンジ	8 ・厚揚げと茄子の味噌炒め ・切干大根の酢の物 ・トマト	9 ・魚の香草パン粉焼き ・小松菜とベーコンの炒め物 ・粉吹芋 ・リンゴ	10 ・鶏肉の旨ダレ ・三色金平 ・南瓜のチーズ焼き ・バナナ	11 ・炒り卵の中華あんかけ ・ひじきの華風和え ・オレンジ	12 ・茄子とトマトのスパゲティー ・ゆで卵 ・バナナ
・七タココアケーキ ・牛乳	・パリパリピザ ・牛乳	・枝豆おにぎり ・牛乳	・メルティーフレーク ・牛乳	・南瓜ドーナツ ・牛乳	・クリームパン
14 ・夏野菜カレー ・切昆布の当座煮 ・スイカ	15 ・豚肉とキャベツの中華炒め ・大豆サラダ ・トマト	16 ・チーズ入りオムレツ ・やみつきピーマン ・かえり ・オレンジ	17 ・豆腐入りひじきの油炒め ・南瓜サラダ ・バナナ	18 ・魚の甘酢あんかけ ・野菜の納豆和え ・リンゴ	19 ・冷麺 ・オレンジ
・黒糖蒸しパン ・牛乳	・ほうれん草団子 ・牛乳	・チョコチップスコーン ・牛乳	・梅じゃこおにぎり ・牛乳	・おからバナナケーキ ・牛乳	・おせんべい
21 	22 ・豚じゃが ・青菜のおかか和え ・リンゴ	23 ・豆腐のまり揚げ ・オクラの和え物 ・バナナ	24 ・お好み焼き風卵焼き ・ツナとわかめのさっと煮 ・トマト	25 ・コーン入り豆乳卵スープ ・切干大根の煮物 ・オレンジ	26 ・ピビンバ ・わかめスープ ・リンゴ
	・フレンチトースト ・牛乳	・枝豆蒸しパン ・牛乳	・フルーツヨーグルト ・牛乳	・キャロットケーキ ・牛乳	・カップケーキ
28 ・牛肉とひじきのマリネ ・ニラ玉 ・レタス ・オレンジ	29 ・凍り豆腐の煮物 ・わかめスパゲティー ・人参甘煮 ・バナナ	30 ・魚のオニオンマヨ焼き ・トマトと胡瓜のスタミナ和え ・煮豆 ・スイカ	31 ・ハヤシライス ・星形コロケ ・ごまじゃこサラダ ・リンゴ	 今月のお弁当日は ありません。 	
・パインクラッカー ・牛乳	・とうもろこし ・牛乳	・牛乳もち ・牛乳	・ワッフル ・牛乳		

パリパリピザ

- ・餃子の皮（10枚分）
- ・桜エビ 5g
- ・ちりめん 15g
- ・チーズ 25g
- ・マヨネーズ 30g

- ①桜エビ・ちりめん・チーズ・マヨネーズを混ぜ合わせる。
- ②餃子の皮に塗る。
- ③トースターで餃子の皮がこんがり焼けるまで焼く。



餃子の皮が余った時はぜひ作ってみてください。

具材はツナマヨやコーンマヨもおいしいです♪



※都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。