

給食献立予定表（令和7年7月分）

日 曜	献 立 名 (ばら組～もも組(1歳児))	主 要 材 料			間食	乳 児 お や つ	間食	10時おやつ主要材料
		主食/副菜1	副菜2	副菜3		乳児・幼児おやつ		3時おやつ主要材料
1 火	焼肉丼 もやしスープ 果物	精白米、押し麦、豚肉、油、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン、大根、生姜、レモン汁、しょう油、砂糖、中味噌、みりん、ごま	中華スープの素、豆腐、もやし、人参、わかめ、しめじ、しょう油、塩、こしょう	バナナ		牛乳 棒チーズ		牛乳 棒チーズ
2 水	御飯 高野豆腐の卵とじ 甘酢漬け 果物	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:かつお節(だし)、若鳥挽肉、高野豆腐、人参、じゃが芋、玉葱、干椎茸、卵、グリーンピース、しょう油、砂糖、塩	チンゲン菜、もやし、人参、刻み昆布、生姜、しょう油、砂糖、塩、酢	オレンジ		牛乳 菓子		牛乳 菓子
3 木	御飯 魚の和風マリネ わかめのみそ汁 果物	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:ホキ、塩、こしょう、片栗粉、油、玉葱、黄ピーマン、赤ピーマン、油、オクラ、レモン汁、しょう油、酢、砂糖、塩	煮干し(だし)、人参、玉葱、わかめ、豆腐、えのき、葱、中味噌	バナナ		牛乳 果物(オレンジ)		牛乳 果物(オレンジ)
4 金	御飯 鶏肉の照り焼き 煮びたし なめこのみそ汁	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:若鶏肉、砂糖、しょう油、みりん、酒	小松菜、人参、しめじ、ちくわ、しょう油、砂糖、みりん	煮干し(だし)、玉葱、人参、なめこ、油揚げ、葱、中味噌		牛乳 菓子		牛乳 菓子
5 土	七夕そうめん 厚揚げの含め煮 果物	そうめん、かつお節(だし)、しょう油、みりん、酒、水、むきえび、みかん缶、オクラ、塩、ごま、トマト	厚揚げ、じゃが芋、人参、さやいんげん、砂糖、しょう油、みりん	バナナ		牛乳 菓子		牛乳 菓子
7 月	御飯 五目汁 焼きししゃも ごま和え	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:煮干し(だし)、豚肉、人参、かぼちゃ、ごぼう、豆腐、葱、塩、しょう油、片栗粉	ししゃも	もやし、人参、チンゲン菜、しょう油、砂糖、ごま		牛乳 果物(バナナ)		牛乳 果物(バナナ)
8 火	肉みそあんかけ丼 えのきたけのすまし汁 果物	精白米、押し麦、豚挽肉、生姜、にんにく、玉葱、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、油、砂糖、しょう油、赤みそ、片栗粉、水	かつお節(だし)、昆布(だし)、人参、玉葱、えのき、豆腐、葱、しょう油、塩	オレンジ		牛乳 棒チーズ		牛乳 棒チーズ
9 水	御飯 チャンプルー 華風スープ 果物	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:豆腐、豚肉、油、生姜、人参、玉葱、キャベツ、もやし、木耳、中華スープの素、砂糖M「オイスターソース、塩、しょう油、ごま油	中華スープの素、ハム、人参、玉葱、生椎茸、たけのこ水煮、チンゲン菜、しょう油、塩、こしょう	バナナ		牛乳 菓子		牛乳 菓子
10 木	御飯 魚の照り焼き なますなすのみそ汁	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:さわら、しょう油、砂糖、みりん	大根、人参、小松菜、塩、砂糖、酢、刻み昆布	煮干し(だし)、人参、玉葱、ナス、しめじ、油揚げ、葱、中味噌		牛乳 菓子		牛乳 菓子
11 金	パン タンドリーチキン 付け合せレタススープ	〔主食〕:バターロール 〔副菜1〕:若鶏肉、にんにく、玉葱、塩、しょう油、カレー粉、ヨーグルト	キャベツ、塩、人参	コンソメ、ベーコン、人参、玉葱、えのき、レタス、しょう油、塩、こしょう		牛乳 菓子		牛乳 菓子
12 土	冷麺 小魚のごまがらめ(ばら～さくら)こふき芋(もも) 果物	中華そば(干)、焼豚、油、トマト、コーン缶、きゅうり、干椎茸、砂糖、しょう油、中華スープの素、水、しょう油、酢、ごま油、砂糖、生姜	〔小魚のごまがらめ〕:かえりちりめん、ごま、砂糖、しょう油 〔こふき芋〕:じゃが芋、塩	バナナ		牛乳 菓子		牛乳 菓子
14 月	御飯 ミネストラスープ ポイルウインナーツナサラダ	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:コンソメ、ベーコン、油、玉葱、人参、トマト、セロリ、じゃが芋、マカロニ、パセリ、しょう油、塩、こしょう	ウインナー	ブロッコリー、キャベツ、人参、ツナ缶(水煮)、油、酢、しょう油、砂糖、塩、こしょう		牛乳 菓子		牛乳 菓子
15 火	ひじき御飯 切干大根の炒め煮 豆腐のみそ汁	精白米、押し麦、ひじき、若鶏肉、油揚げ、人参、油、みりん、しょう油、さやいんげん	切り干し大根、人参、さつま揚げ、さやいんげん、油、砂糖、しょう油、みりん	煮干し(だし)、玉葱、人参、豆腐、しめじ、にら、中味噌		牛乳 棒チーズ		牛乳 棒チーズ

なかよし献立

日	曜	献立名 (ばら組～もも組(1歳児))	主 要 材 料			間食	乳 児 お や つ	間食	10時おやつ主要材料
			主食/副菜1	副菜2	副菜3		乳児・幼児おやつ		3時おやつ主要材料
16	水	御飯 豚肉のしゃぶしゃぶサラダ ごぼうスープ 果物 かみかみ献立	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:豚肉、しょう油、生姜、人参、きゅうり、キャベツ、ブロッコリー、ごま、酢、しょう油、砂糖、ごま油	中華スープの素、豆腐、ゴボウ、人参、玉葱、木耳、葱、しょう油、塩、こしょう	オレンジ	牛乳 菓子 ミルク とうもろこし(ばら～さくら) とうもろこし蒸しパン(もも)	牛乳 菓子 〔とうもろこし〕:とうもろこし、塩 〔とうもろこし蒸しパン〕:とうもろこし、小麦粉、油、ベーキングパウダー、水、砂糖		
17	木	御飯 魚のコーンフ레이크揚げ ゆでキャベツ マカロニスープ	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:メルルーサ、塩、こしょう、天ぷら粉、コーンフ레이크、パン粉、油	キャベツ、塩	コンソメ、ベーコン、人参、玉葱、マカロニ、チンゲン菜、しめじ、しょう油、塩、こしょう	牛乳 果物(バナナ) ミルク キャロットジャムサンド	牛乳 果物(バナナ) 食パン、マーガリン、人参、砂糖、オレンジジュース、レモン汁		
18	金	御飯 挽肉のコーン蒸し 付け合せ 冬瓜のすまし汁	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:牛挽肉、豚挽肉、玉葱、人参、干椎茸、生姜、酒、塩、パン粉、片栗粉、	ブロッコリー、塩	昆布(だし)、かつお節(だし)、とうがん、玉葱、人参、えのき茸、葱、しょう油、塩	牛乳 菓子 ミルク ポテトもち	牛乳 菓子 じゃが芋、サラダ油、でん粉、パセリ、粉チーズ、しょう油、砂糖、みりん		
19	土	冷やしきつねぶっかけ きゅうりもみ 果物	うどん(冷凍)、油揚げ、干椎茸、砂糖、しょう油、かまぼこ、人参、小松菜、かつお節(だし)、しょう油、みりん、砂糖、酒、水	きゅうり、塩わかめ、人参、しらす干し、ごま、砂糖、白味噌、酢、		牛乳 菓子 お茶 菓子	牛乳 菓子 菓子		
22	火	とうもろこし御飯 カレー肉じゃが にしきとえ	精白米、とうもろこし、塩、しょう油	豚肉、油、玉葱、人参、じゃが芋、糸こんにゃく、さやいんげん、砂糖、みりん、しょう油、カレー粉	チンゲン菜、もやし、人参、ホールコーン、ちくわ、しょう油、砂糖	牛乳 棒チーズ ミルク グレープゼリー 菓子	牛乳、棒チーズ 〔グレープゼリー〕寒天、グレープジュース、砂糖、水 〔菓子〕菓子		
23	水	パン なすとポテのミートソースグラタン 野菜スープ 果物	〔主食〕:バターロール 〔副菜1〕:合挽肉、油、なす、玉葱、人参、しめじ茸、じゃが芋、ブロッコリー、ハヤシルウ、トマトピューレ、ケチャップ、砂糖、ソース、チーズ	コンソメスープの素、ベーコン、人参、玉葱、えのき茸、チンゲン菜、塩、しょう油、こしょう	オレンジ	牛乳 菓子 ミルク 枝豆(3上) 枝豆蒸しパン(3未)	牛乳 菓子 〔枝豆〕:枝豆、塩 〔枝豆蒸しパン〕:枝豆、小麦粉、油、ベーキングパウダー、水、砂糖		
24	木	御飯 魚のムニエル キャベツのマリネ 豆乳スープ	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:生鮭、塩、こしょう、小麦粉、バター、レモン汁	キャベツ、きゅうり、人参、レーズン、サラダ油、酢、砂糖、塩、こしょう	コンソメスープの素、ハム、人参、玉葱、しめじ茸、マカロニ、小松菜、豆乳、塩、こしょう	牛乳 果物(バナナ) ミルク ピーチケーキ	牛乳 果物(バナナ) 小麦粉、ベーキングパウダー、卵(つなぎ)、バター、砂糖、黄桃缶		
25	金	御飯 若鶏のから揚げ 付け合せ 麩のすまし汁 ひまわりリクエスト	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:若鶏肉もも、塩、こしょう、でん粉、油	ブロッコリー、塩	かつお節(だし)、昆布(だし)、麩、人参、玉葱、乾燥わかめ、えのき茸、三つ葉、しょう油、塩	牛乳 菓子 ミルク ホットドッグ	牛乳 菓子 バターロール、ウインナー、ケチャップ、キャベツ、カレー粉		
26	土	焼きそば 中華スープ 果物	中華そば(茹)、豚肉、油、玉葱、もやし、キャベツ、人参、さつま揚げ、葱、ソース、塩、ソース、塩、こしょう、粉かつお、青のり粉	中華スープの素、ベーコン、人参、玉葱、生椎茸、葱、塩、こしょう、しょう油	バナナ	牛乳 菓子 お茶 菓子	牛乳 菓子 菓子		
28	月	御飯 豚肉と冬瓜のごまみそ煮 和え物 果物	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:豚肉、油、とうがん、人参、厚揚げ、しめじ茸、葱、煮干し(だし)、砂糖、酒、みりん、中味噌、ごま	きゅうり、もやし、人参、しらす干し、しょう油、砂糖、	オレンジ	牛乳 果物(バナナ) ミルク ロシアンクッキー	牛乳 果物(バナナ) 小麦粉、マーガリン、砂糖、ジャム		
29	火	夏野菜のカレーライス パプリカのサラダ 果物 ひまわりリクエスト	精白米、押麦、牛挽肉、油、にんにく、生姜、玉葱、かぼちゃ、トマト、なす、ピーマン、塩、こしょう、カレールウ、ソース、ケチャップ	キャベツ、赤ピーマン、黄ピーマン、ツナ缶(水煮)、サラダ油、塩、こしょう、しょう油、砂糖、酢	バナナ	牛乳 棒チーズ ミルク ヨーグルトケーキ	牛乳 棒チーズ 卵(つなぎ)、ヨーグルト、マーガリン、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー		
30	水	御飯 マーボー豆腐 中華風サラダ 果物	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:豆腐、豚挽肉、生姜、にんにく、人参、玉葱、干椎茸、葱、油、赤味噌、砂糖、でん粉	焼き豚、チンゲン菜、もやし、木耳、ホールコーン、砂糖、しょう油、塩、酢、ごま油、ごま	オレンジ	牛乳 菓子 ミルク ラスク	牛乳 菓子 バケットパン、マーガリン、グラニュー糖		
31	木	御飯 魚の香味焼き 夏野菜の炊き合わせ なめこのみそ汁	〔主食〕:精白米 〔副菜1〕:生鮭、しょう油、生姜、みりん、酒、葱、ごま	かぼちゃ、なす、人参、オクラ、だし汁、砂糖、しょう油、みりん	煮干し(だし)、玉葱、人参、なめこ、油揚げ、葱、中味噌、	牛乳 果物(バナナ) ミルク アイスクリーム ウエハース	牛乳 果物(バナナ) 〔アイスクリーム〕スーパーカップ 〔ウエハース〕ウエハース		

－ 夏の食中毒 －

夏は気温が高くなり、細菌による食中毒が発生しやすい季節です。食中毒は原因となる細菌が食べ物に付着して、体の中に侵入することによって、下痢や嘔吐などの症状を引き起こし、時には命にも関わってきます。普段から、衛生面を意識して、食中毒を予防しましょう。

今月の栄養価(3歳以上)

	1日	17日	23日
エネルギー(kcal)	613	621	597
たんぱく質(g)	28.2	28.6	32.1