



令和3年7月 献立表

3歳以上児



日 曜			あか	黄	みどり	栄養価	食塩相当量	行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
1 木	五目昆布煮 スクランブルエッグ なめこ汁 メロン	飲むヨーグルト (手作り) せんべい	ぶた大型種、ロース 油揚げ さつま揚げ 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 絹ごし 豆腐 米みそ ヨーグルト 普通牛乳	オリーブ油 有塩バター 米菓(塩せんべ い)	みついしこ(素干し) ごぼう(根、生) にんじん (根、皮つき、生) なめこ(生) 根菜ねぎ(葉、軟白、 生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：445kcal たんぱく：18.6g 脂質：16g	食塩相当量：2.5g	
2 金	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆腐汁 キウイ	牛乳 ビスコ	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつま芋(塊根、皮むき、生)	根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し)キウイフ ルーツ(緑肉種、生)	エネルギー：444kcal たんぱく：17.7g 脂質：19.6g	食塩相当量：1.8g	
3 土	ミルクリッチ グラタン 牛乳 オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) 若鶏、む ね(皮つき、生) ナチュラルチーズ(パルメ ザン) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 マカロニ・スパゲッ ティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) パン 粉(乾燥) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) スイートコーン 缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、 生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：692kcal たんぱく：22.6g 脂質：25.9g	食塩相当量：2.2g	
4 日								
5 月	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 キウイ	野菜生活 サブレ	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) いかなご(生) 普通牛乳	オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) サブレ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エ リンギ(生) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ (緑肉種、生)	エネルギー：373kcal たんぱく：12.6g 脂質：15.9g	食塩相当量：1.5g	
6 火	ヒレカツ キャベツ和え えのき汁 すいか	フルーツヨーグルト (手作り) いも花子	ぶた大型種、ヒレ(赤肉、生) 鶏卵、全卵 (生) 削り節 米みそ(淡色辛みそ) ヨー グルト(全脂無糖)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) 調合油 ゴ らめ糖(グラニュー糖) 芋かりんとう	キャベツ(結球葉、生) にんじん えのきたけ たま ねぎ 乾燥わかめ(素干し) すいか パナナ(生) な つみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー：366kcal たんぱく：16.4g 脂質：11.6g	食塩相当量：1.2g	
7 水	焼き魚(鮭) マカロニサラダ わかめ汁 オレンジ	牛乳 ウエハース	べにざけ(生) まぐろ類缶詰(油漬、フレー ク、ライト) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛み そ) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全 卵型) ウエハース	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) たま ねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシア オレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：384kcal たんぱく：20.6g 脂質：16.4g	食塩相当量：1.3g	
8 木	酢豚 花型卵 白菜汁 キウイ	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、もも(赤肉、生) 鶏卵、全卵 (生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 米菓(塩せん べい)	しょうが たまねぎ にんじん 乾しいたけ(乾) 青 ピーマン バインアップル はくさい 根菜ねぎ(葉、 軟白、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー：412kcal たんぱく：16.4g 脂質：9.9g	食塩相当量：1.8g	
9 金	ピピンバ とうもろこし 春雨スープ メロン	麦茶 誕生ケーキ アイス	ぶた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) ぶた 中型種、かた(脂身つき、生)	ごま油 ごま(いり) 緑豆はるさめ(乾) ショートケーキ アイスクリーム(普通脂肪)	にんにく(りん茎、生) 緑豆もやし(生) にんじん ほ うれんそう スイートコーン チンゲンサイ スイート コーン缶詰 乾しいたけ(乾) 根菜ねぎ メロン	エネルギー：500kcal たんぱく：18.5g 脂質：20.5g	食塩相当量：2.2g	誕生会
10 土	菓子袋							保育参加
11 日								
12 月	コーンシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳 キウイ	白いお星さまヨーグルト 小魚	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き 竹輪 生揚げ	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マカロニ・スパゲッティ(乾)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ス イートコーン缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッ コリー(花序、生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー：352kcal たんぱく：17g 脂質：12.8g	食塩相当量：0.7g	
13 火	青しそ照り焼きチキン ポテトサラダ すまし汁 オレンジ	スポン せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) かつお缶詰(油 漬、フレーク) 絹ごし豆腐	ドレッシングタイプ和風調味料 オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ (全卵型) 米菓(塩せんべい)	しそ(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果 実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) 根菜 ねぎ バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：408kcal たんぱく：14.9g 脂質：15.4g	食塩相当量：2g	
14 水	タラの磯部揚げ 土佐和え なす汁 すいか	牛乳 ドッグパン(手作り)	まだら(生) 削り節 油揚げ 米みそ(甘み そ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	プレミックス粉(てんぷら用) 調合油 ごま 油 コッペパン オリーブ油	あおさ(素干し) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう にんじん なす(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) すいか(赤肉種、生) キャベツ(結球葉、生)	エネルギー：465kcal たんぱく：23.2g 脂質：21.7g	食塩相当量：2.5g	
15 木	じゃが芋のひき肉煮 厚焼き卵 キャベツ汁 メロン	ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) さつま揚げ 鶏卵、全 卵(生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 しらす じゃがいも(塊茎、皮 なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 米 菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さ やいんげん(若ぎや、生) キャベツ(結球葉、生) 根 菜ねぎ(葉、軟白、生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：419kcal たんぱく：16.1g 脂質：13.7g	食塩相当量：1.5g	サマーキャンプ
16 金	ポークチャップ ビーフンソテー 磯そうめん汁 キウイ	野菜生活 とうもろこし(手作り)	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏 肉、ひき肉(生) ぶた大型種、かた(脂身 つき、生)	オリーブ油 ビーフン 有塩バター そうめ ん、ひやむぎ(乾)	たまねぎ にんにく にんじん キャベツ 緑豆もやし きくらげ 根菜ねぎ 乾燥わかめ 乾しいたけ みつ いしこ(素干し) ごぼう キウイフルーツ スイートコーン	エネルギー：465kcal たんぱく：19.6g 脂質：14.5g	食塩相当量：2.6g	サマーキャンプ
17 土	甘バターサンド ミネストローネ 牛乳 オレンジ	ゼリー(りんご) せんべい	ホイップクリーム(乳脂肪) ソーセージ(ウ インナー) 普通牛乳	食パン オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ (乾) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ にんじん ズッキー ニ スイートコーン缶詰 赤ピーマン トマト缶詰 バ レンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：640kcal たんぱく：17.7g 脂質：20.1g	食塩相当量：3.5g	
18 日								



令和3年7月 献立表

3歳以上児



日 曜			あか	黄	みどり	栄養価		行事
	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える			
19 月	ミートローフ ごぼうサラダ とろりんスープ キウイ	飲むヨーグルト (手作り) いも花子 ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 普通牛乳 鶏卵、全卵(生) 若鶏、ささ身(生) かに 風味かまぼこ ヨーグルト(全脂無糖)	パン粉(乾燥) オリーブ油 でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 芋かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) ごぼう(根、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(海藻、生) えのきたけ(生) キウイフルーツ(緑肉種、生)	エネルギー：464kcal タンパク：18.1g 脂質：19.7g	食塩相当量：1.9g	
20 火	油淋鶏 春雨サラダ 青菜汁 メロン	いも花子 ヤクルト せんべい	成鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身(生) 米みそ(淡色辛みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 ごま油 緑豆(はるさめ(乾) ごま(いり) 焼きふ(車ふ) 米菓(塩せんべい)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんにく きくらげ にんじん きゅうり(果実、生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) たまねぎ(りん茎、生) メロン	エネルギー：448kcal タンパク：14.8g 脂質：15.9g	食塩相当量：1.8g	
21 水	かつおのねぎ味噌焼き マセドアンサラダ まいたけ汁 オレンジ	牛乳 パンブキンパン	米みそ(甘みそ) かつお(春獲り、生) 油揚げ 普通牛乳	ごま(いり) オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：384kcal タンパク：21.1g 脂質：15.4g	食塩相当量：1g	新潟遠足
22 木								海の日
23 金								スポーツの日
24 土	エッグサンド ポトフ 牛乳 オレンジ	リンゴジュース せんべい	鶏卵、全卵(生) クリーム(植物性脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰 ブロッコリー バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：632kcal タンパク：19.7g 脂質：22.4g	食塩相当量：2.8g	
26 月	鶏肉のさっぱり煮 ひじきサラダ 豚汁 キウイ	白いお星さまヨーグルト 小魚	若鶏、もも(皮つき、生) ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ)	マヨネーズ(全卵型) さといも(球茎、水煮)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) さやいんげん(若ざや、生) ごぼう(根、生) だいこん 根深ねぎ キウイフルーツ	エネルギー：337kcal タンパク：18g 脂質：14.7g	食塩相当量：1.3g	
27 火	チーズハンバーグ 温野菜 豆麴汁 メロン	牛乳 ポテトのチーズ焼き (手作り)	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	オリーブ油 パン粉(乾燥) 焼きふ(観世ふ) じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) 乾燥わかめ(素干し) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：363kcal タンパク：18.1g 脂質：16.4g	食塩相当量：2.8g	
28 水	さんまのかば焼き 青菜和え 豆腐汁 すいか	牛乳 ブルーベリーパン	さんま(皮つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 ジャムパン	ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) すいか(赤肉種、生)	エネルギー：459kcal タンパク：17.7g 脂質：21.4g	食塩相当量：1.5g	
29 木	ひじきの寄せ煮 キッシュ 大根汁 オレンジ	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、ロース 凍り豆腐(乾) 油揚げ さつま揚げ いんげんまめ(全粒、乾) 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ひじき たまねぎ スイートコーン缶詰 さやいんげん だいこん 根深ねぎ バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：475kcal タンパク：18.1g 脂質：16.5g	食塩相当量：2g	
30 金	カレイの煮物 ブロッコリーサラダ 卵とじそうめん汁 メロン	ヨーグルトシャーベット いも花子	まがれい(生) まぐろ類缶詰(油漬、フレーク、ライト) 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) マカロニ・スパゲッティ(乾) そうめん、ひやむぎ(乾) 芋かりんとう	しょうが(根茎、生) ブロッコリー(花序、生) にんじん きゅうり みついしこんぶ たまねぎ 乾しいたけ(乾) 根深ねぎ メロン(温室メロン、生)	エネルギー：413kcal タンパク：17.9g 脂質：14g	食塩相当量：1.7g	
31 土								縁日ごっこ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和3年7月 献立表

3歳未満児



日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
1 木	バナナ	五目昆布煮 スクランブルエッグ なめこ汁 メロン ご飯	飲むヨーグルト (手作り) せんべい 牛乳 ビスコ	ぶた大型種. ロース 油揚げ さつま揚げ 鶏卵. 全卵(生) プロセスチーズ 絹ごし 豆腐 米みそ ヨーグルト 普通牛乳	オリーブ油 有塩バター 水稲穀粒(精白 米) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) みつしこんぶ(素干し) ごぼう(根、 生) にんじん(根、皮つき、生) なめこ(生) 根深ね ぎ(葉、軟白、生) メロン	エネルギー：526kcal タンパク：16.7g 脂質：12.8g	食塩相当量：1.9g
2 金	ヨーグルト	五目納豆 さつま芋の甘煮 豆腐汁 キウイ ご飯		焼き竹輪 鶏卵. 全卵(生) 糸引き納豆 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	オリーブ油 さつま芋(塊根、皮むき、生) 水稲穀粒(精白米)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) キウイ フルーツ	エネルギー：508kcal タンパク：18g 脂質：16g	食塩相当量：1.7g
3 土	麦茶 ビスコ	ミルクリッチ グラタン 牛乳 オレンジ	ゼリー(ぶどう) せんべい	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪) 若鶏. む ね(皮つき、生) ナチュラルチーズ(パルメ ザン) 普通牛乳	コッペパン オリーブ油 マカロニ・スパゲッ ティ(乾) 有塩バター 薄力粉(1等) パン 粉(乾燥) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) エリンギ(生) スイートコーン 缶詰(ホールカーネルスタイル) ブロッコリー(花序、 生) バレンシアオレンジ	エネルギー：550kcal タンパク：16g 脂質：20.5g	食塩相当量：1.8g
4 日								
5 月	ぶどうジュース せんべい	ハッシュドポーク 小女子甘煮 牛乳 キウイ ご飯	野菜生活 サブレ	ぶた大型種. かたロース(脂身つき、生) いかなこ(生) 普通牛乳	米菓(塩せんべい) オリーブ油 マカロニ・ スパゲッティ(乾) 水稲穀粒(精白米) サ ブレ	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) エ リンギ(生) ブロッコリー(花序、生) キウイフルーツ (緑肉種、生)	エネルギー：532kcal タンパク：13.8g 脂質：14.5g	食塩相当量：1.5g
6 火	バナナ	ヒレカツ キャベツ和え えのき汁 すいか ご飯	フルーツヨーグルト (手作り) いも.花子 牛乳 ウエハース	ぶた大型種. ヒレ(赤肉、生) 鶏卵. 全卵 (生) 削り節 米みそ(淡色辛みそ) ヨー グルト(全脂無糖)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) 調合油 水 稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖) 芋かりんとう	バナナ(生) キャベツ にんじん えのきたけ(生) たまねぎ 乾燥わかめ すいか なつみかん(缶詰) もも(缶詰、白肉種、果肉)	エネルギー：459kcal タンパク：15.3g 脂質：9.2g	食塩相当量：1g
7 水	ゼリー(りんご)	焼き魚(鮭) マカロニサラダ わかめ汁 オレンジ ご飯		べにざけ(生) まぐろ類缶詰(油漬、フレー ク、ライト) 絹ごし豆腐 米みそ(淡色辛み そ) 普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ(乾) マヨネーズ(全 卵型) 水稲穀粒(精白米) ウエハース	きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) たま ねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシア オレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：475kcal タンパク：18.8g 脂質：13.8g	食塩相当量：1.2g
8 木	ヨーグルト	酢豚 花型卵 白菜汁 キウイ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種. もも(赤肉、生) 鶏卵. 全卵 (生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精 白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) たまねぎ にんじん 乾しいたけ (乾) 青ピーマン バインアップル(缶詰) はくさい (結球葉、生) 根深ねぎ キウイフルーツ	エネルギー：535kcal タンパク：16.9g 脂質：10.4g	食塩相当量：1.7g
9 金	麦茶 誕生ケーキ	ビビンバ とうもろこし 春雨スープ メロン ご飯	アイス	ぶた. ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) ぶた 中型種. かた(脂身つき、生)	ショートケーキ ごま油 ごま(いり) 緑豆 はるさめ(乾) 水稲穀粒(精白米) アイス クリーム(普通脂肪)	にんにく 緑豆もやし(生) にんじん ほうれんそう スイートコーン チンゲンサイ スイートコーン缶詰 乾 しいたけ 根深ねぎ メロン	エネルギー：522kcal タンパク：15.6g 脂質：16.4g	誕生会
10 土		菓子袋						保育参加
11 日								
12 月	リンゴジュース せんべい	コーンシチュー ちくわ厚揚げ煮 牛乳 キウイ ご飯	白いお星さまヨーグルト 小魚	成鶏. むね(皮つき、生) 普通牛乳 焼き 竹輪 生揚げ	米菓(塩せんべい) オリーブ油 じゃがい も(塊茎、皮なし、生) マカロニ・スパゲッ ティ(乾) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ス イートコーン缶詰 ブロッコリー(花序、生) キウイフ ルーツ(緑肉種、生)	エネルギー：518kcal タンパク：17g 脂質：12.2g	食塩相当量：0.9g
13 火	ゼリー(ぶどう)	青しそ照り焼きチキン ポテトサラダ すまし汁 オレンジ ご飯	スポロン せんべい	若鶏. もも(皮つき、生) かつお缶詰(油 漬、フレーク) 絹ごし豆腐	ドレッシングタイプ和風調味料 オリーブ油 じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ (全卵型) 水稲穀粒(精白米) 米菓	しそ にんじん きゅうり(果実、生) まいたけ(生) ほうれんそう にんじん なす(果実、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) バ レンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：499kcal タンパク：13.9g 脂質：12.7g	食塩相当量：1.8g
14 水	バナナ	タラの磯部揚げ 土佐和え なす汁 すいか ご飯	牛乳 ドッグパン(手作り)	まだら(生) 削り節 油揚げ 米みそ(甘み そ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	ブレミックス粉(てんぷら用) 調合油 ごま 油 水稲穀粒(精白米) コッペパン オリー ブ油	バナナ(生) あおさ(素干し) 乾燥わかめ(素干し) ほうれんそう にんじん なす(果実、生) たまねぎ すいか(赤肉種、生) キャベツ	エネルギー：531kcal タンパク：20.7g 脂質：17.8g	食塩相当量：1.8g
15 木	ヨーグルト	じゃが芋のひき肉煮 厚焼き卵 キャベツ汁 メロン ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた. ひき肉(生) さつま揚げ 鶏卵. 全卵 (生) 油揚げ 米みそ(甘みそ)	オリーブ油 しらたき じゃがいも(塊茎、皮 なし、生) でん粉(じゃがいもでん粉) 水 稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さ やいんげん(若ざや、生) キャベツ(結球葉、生) 根 深ねぎ(葉、軟白、生) メロン	エネルギー：538kcal タンパク：16.3g 脂質：13.6g	食塩相当量：1.3g



令和3年7月 献立表

3歳未満児



日 曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	行事
	朝間	昼食	昼間	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える		
16 金	麦茶 麩菓子	ポークチャップ ビーフソテー 磯そうめん汁 キウイ ご飯	野菜生活 とうもろこし(手作り)	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏肉、ひき肉(生) ぶた大型種、かた(脂身つき、生)	かりんとう(黒) オリーブ油 ビーフン 有塩バター そめめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ にんにく にんじん キャベツ 緑豆もやし きくらげ 根菜ねぎ 乾燥わかめ 乾しいたけ みついしこんぶ ごぼう キウифルーツ スイートコーン	エネルギー：525kcal タンパク：18.1g 脂質：13g	食塩相当量：2.4g
17 土	麦茶 ビスケット	甘バターサンド ミネストローネ 牛乳 オレンジ	ゼリー(りんご) せんべい	ホイップクリーム(乳脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ビスケット(ハード) 食パン オリーブ油 マカロニ・スパゲッティ(乾) 米菓(塩せんべい)	にんにく たまねぎ にんじん(根、皮つき、生) ズッキーニ スイートコーン缶詰 赤ピーマン(果実、生) トマト缶詰 バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：550kcal タンパク：14.9g 脂質：17.3g	食塩相当量：3g
18 日								
19 月	野菜ジュース せんべい	ミートローフ ごぼうサラダ とりりんスープ キウイ ご飯	ピーチドリンク (手作り) いも花子 ヤクルト せんべい	ぶた、ひき肉(生) 木綿豆腐 普通牛乳 鶏卵、全卵(生) 若鶏、ささ身(生) かに風味かまぼこ ヨーグルト(全脂無糖)	米菓(塩せんべい) パン粉(乾燥) オリーブ油 でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 水稲穀粒(精白米) 芋かりんとう	たまねぎ(りん茎、生) ごぼう(根、生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(原葉、生) えのきたけ(生) キウифルーツ(緑肉種、生)	エネルギー：583kcal タンパク：16.3g 脂質：16.7g	食塩相当量：1.8g
20 火	ゼリー(ぶどう)	油淋鶏 春雨サラダ 青菜汁 メロン ご飯	ヤクルト せんべい	成鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、ささ身(生) 米みそ(淡色辛みそ)	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 ごま油 緑豆はるさめ(乾) ごま(いり) 焼きふ(車ふ) 水稲穀粒(精白米) 米菓	根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんにく(りん茎、生) きくらげ(乾) にんじん きゅうり(果実、生) ほうれんそう たまねぎ(りん茎、生) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：529kcal タンパク：14g 脂質：12.6g	食塩相当量：1.5g
21 水	バナナ	かつおのねぎ味噌焼き マセドアンサラダ まいたけ汁 オレンジ ご飯	牛乳 パンブキンパン	米みそ(甘みそ) かつお(春獲り、生) 油揚げ 普通牛乳	ごま(いり) オリーブ油 さつまいも(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	バナナ(生) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) まいたけ(生) 乾燥わかめ(素干し) バレンシアオレンジ	エネルギー：497kcal タンパク：19.9g 脂質：13.8g	食塩相当量：0.9g 新潟遠足
22 木								海の日
23 金								スポーツの日
24 土	麦茶 ビスコ	エッグサンド ポトフ 牛乳 オレンジ	リンゴジュース せんべい	鶏卵、全卵(生) クリーム(植物性脂肪) ソーセージ(ウインナー) 普通牛乳	ロールパン マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 米菓(塩せんべい)	キャベツ(結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン缶詰 ブロッコリー バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	エネルギー：564kcal タンパク：16.5g 脂質：20.3g	食塩相当量：2.5g
25 日								
26 月	ぶどうジュース せんべい	鶏肉のさっぱり煮 ひじきサラダ 豚汁 キウイ ご飯	白いお星さまヨーグルト 小魚	若鶏、もも(皮つき、生) ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 木綿豆腐 米みそ(甘みそ)	米菓(塩せんべい) マヨネーズ(全卵型) さといも(球茎、水煮) 水稲穀粒(精白米)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) さやいんげん(若ざや、生) ごぼう(根、生) だいこん 根菜ねぎ キウифルーツ	エネルギー：498kcal タンパク：17.5g 脂質：12.8g	食塩相当量：1.5g
27 火	ゼリー(りんご)	チーズハンバーグ 温野菜 豆麩汁 メロン ご飯	牛乳 ポテのチーズ焼き (手作り)	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 米みそ(甘みそ) 普通牛乳 ソーセージ(ウインナー)	オリーブ油 パン粉(乾燥) 焼きふ(親世ふ) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) キャベツ(結球葉、生) ブロッコリー(花序、生) 乾燥わかめ(素干し) メロン(温室メロン、生)	エネルギー：464kcal タンパク：16.6g 脂質：14.2g	食塩相当量：2.5g
28 水	バナナ	さんまのかば焼き 青菜和え 豆腐汁 すいか ご飯	牛乳 ブルーベリーパン	さんま(皮つき、生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) 調合油 水稲穀粒(精白米) ジャムパン	バナナ(生) ほうれんそう(葉、通年平均、生) にんじん(根、皮つき、生) 緑豆もやし(生) たまねぎ(りん茎、生) 乾燥わかめ(素干し) すいか	エネルギー：548kcal タンパク：17.2g 脂質：17.4g	食塩相当量：1.3g
29 木	ヨーグルト	ひじきの寄せ煮 キッシュ 大根汁 オレンジ ご飯	ヤクルト せんべい	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 黄だいた 凍り豆腐(乾) 油揚げ さつまいも揚げ いんげんまめ 鶏卵、全卵(生) 米みそ	オリーブ油 薄力粉(1等) 有塩バター じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ スイートコーン缶詰 さやいんげん だいこん 根菜ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー：589kcal タンパク：18.4g 脂質：16.1g	食塩相当量：1.8g
30 金	麦茶 麩菓子	カレーの煮物 ブロッコリーサラダ 卵とじそうめん汁 メロン ご飯	ヨーグルトシャーベット (手作り) いも花子	まがれい(生) まぐろ照り焼(油漬、フレーク、ライト) 若鶏、もも(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	かりんとう(黒) マヨネーズ(全卵型) マカロニ・スパゲッティ(乾) そうめん、ひやむぎ(乾) 水稲穀粒(精白米) 手かりんとう	しょうが(根茎、生) ブロッコリー にんじん きゅうり みついしこんぶ(素干し) たまねぎ(りん茎、生) 乾しいたけ(乾) 根菜ねぎ(葉、軟白、生) メロン	エネルギー：520kcal タンパク：17.2g 脂質：13.3g	食塩相当量：1.7g
31 土								緑日ごっこ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

面川報徳保育園



令和3年7月 離乳食献立表



日	曜	昼食	昼間	行事
1	木	おかゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
2	金	おかゆ 納豆と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
3	土	ぼんがゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
4	日	 おかゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	 ミルク	
5	月	おかゆ 豚肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
6	火	おかゆ 鮭と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
7	水	おかゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
8	木	おかゆ 豚肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
9	金	ぼんがゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	誕生会
10	土			保育参加
11	日	 おかゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	 ミルク	
12	月	おかゆ 鶏肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
13	火	おかゆ たらと野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
14	水	おかゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
15	木	おかゆ 豚肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
16	金	ぼんがゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク	ミルク	
17	土			
18	日	 おかゆ 豚肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
19	月	おかゆ 鶏肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
20	火	おかゆ 魚と野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
21	水			
22	木			海の日
23	金			スポーツの日
24	土	ぼんがゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
25	日	 おかゆ 鶏肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク	 ミルク	
26	月	おかゆ 豚肉と野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
27	火	おかゆ たらと野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
28	水	おかゆ 野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
29	木	おかゆ 魚と野菜煮 ほうじ茶 ミルク		
30	金			
31	土			縁日ごっこ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。