



令和2年7月 献立表

3歳以上児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

日 曜	昼食		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 水	きんぴらごぼう 厚焼き卵 栄養麩汁 ぶどう	冷やしそうめん 牛乳	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	ごま(いり) 車糖(三温糖) なたね油 しらたき 焼きふ(親世ふ) そうめん、ひやむぎ(乾)	ごぼう にんじん 乾しいたけ(乾) ごまつな たまねぎ ぶどう きゅうり 赤色トマト スイートコーン	エネルギー: 440kcal タンパク: 16.9g 脂質: 14.1g	食塩相当量: 2.7g	
2 木	ラタトゥイユ 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 いんげんのゴマ和え メロン	チョコチップパン 牛乳	若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車糖(三温糖) ごま(いり) ロールパン ミルク チョコレート	たまねぎ なす にんにく にんじん トマト マッシュルーム スツキニ 赤ピーマン さやいんげん スイートコーン メロン	エネルギー: 490kcal タンパク: 22.2g 脂質: 22.5g	食塩相当量: 3.1g	
3 金	夏野菜麻婆 フライドポテト えのき汁 ゴールデンキウイ いんげんの揚げ	せんべい ジョアブルーベリー	木綿豆腐 ぶた、ひき肉(生) 金山寺みそ 豆みそ 削り節	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) なたね油 米菓(塩せんべい)	なす 青ピーマン にんにく しょうが トマト えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ キウイフルーツ さやいんげん	エネルギー: 461kcal タンパク: 17.8g 脂質: 11.4g	食塩相当量: 2.2g	
4 土	ソフトフランスピーナツパン コロコロスープ 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	コッペパン らっかせい(ピーナツバター) じゃがいも(塊茎、皮なし、生)	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく バレンシアオレンジ バナナ	エネルギー: 453kcal タンパク: 14.1g 脂質: 11.6g	食塩相当量: 2g	
5 日								
6 月	ふわふわ鶏から揚げ 青菜和え なす汁 メロン スパゲティ	フルーツヨーグルト せんべい	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ナチュラルチーズ ヨーグルト	なたね油 焼きふ(親世ふ) マカロニ・スパゲティ(乾) 有塩バター ざらめ糖 米菓	しょうが にんにく ほうれんそう にんじん 大豆もやし スイートコーン なす たまねぎ メロン なつみかん もも バナナ	エネルギー: 406kcal タンパク: 18.6g 脂質: 12.2g	食塩相当量: 1.7g	
7 火	赤魚のムニエルきのこソースかけ マカロニサラダ オクラ汁 ゴールデンキウイ	パンブキンケーキ 牛乳	しらお(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	無塩バター 薄力粉 マカロニ マヨネーズ(全卵型) プレミックス粉 車糖(三温糖)	エリンギ えのきたけ レモン きゅうり にんじん スイートコーン オクラ たまねぎ キウイフルーツ 日本かぼちゃ	エネルギー: 445kcal タンパク: 17.5g 脂質: 22.5g	食塩相当量: 1.7g	
8 水	いわしの味噌煮 シーザーサラダ 若布汁 ぶどう	ピザパン 牛乳	いわし 米みそ(甘みそ) ベーコン プロセスチーズ 絹ごし豆腐 かつお節 ナチュラルチーズ 普通牛乳	車糖(三温糖) ドレッシング ロールパン	しょうが にんじん キャベツ スイートコーン たまねぎ 乾燥わかめ ぶどう	エネルギー: 509kcal タンパク: 27g 脂質: 25.2g	食塩相当量: 2.9g	
9 木	冷やし中華 鶏のから揚げ スポロン とうもろこし スイカ	ショートケーキ 牛乳	鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	中華めん(生) ごま油 なたね油 薄力粉(1等) でん粉(じゃがいもでん粉) ショートケーキ	きゅうり わかめ レタス トマト しょうが にんにく スイートコーン すいか	エネルギー: 641kcal タンパク: 22.8g 脂質: 24.4g	食塩相当量: 1.5g	お誕生会
10 金	オクラ入り五目納豆 さつまいものバター煮 牛乳200 バナナ	せんべい ヤクルト400	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ 普通牛乳	さつまいも(塊根、皮むき、生) 有塩バター 車糖(三温糖) 米菓(塩せんべい)	オクラ にんじん 根深ねぎ バナナ	エネルギー: 513kcal タンパク: 20.7g 脂質: 16.1g	食塩相当量: 1.7g	
11 土	ミルクリッチ ツナコーンサラダ 牛乳200 オレンジ	せんべい 野菜生活	まぐる鶏在話(水煮、フレーク、ライト) 普通牛乳	クリームパン マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン にんじん きゅうり バレンシアオレンジ	エネルギー: 503kcal タンパク: 17.7g 脂質: 18.9g	食塩相当量: 1.4g	保育参加
12 日								
13 月	肉じゃが ス克蘭ブルエッグ なす汁 メロン	ソファール(いちご) クラッカー	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	じゃがいも しらたき 車糖(三温糖) 有塩バター 焼きふ(親世ふ) クラッカー(ソーダ)	にんじん たまねぎ さやいんげん なす メロン	エネルギー: 384kcal タンパク: 18.6g 脂質: 10.3g	食塩相当量: 1.2g	
14 火	豚肉の野菜巻き 春雨サラダ かき玉汁 スイカ 牛乳	せんべい スポロン	ぶた中型種 かつ(ロース) ハム 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳	じゃがいも 車糖(三温糖) 緑豆はるさめ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料 米菓(塩せんべい)	にんじん さやいんげん きゅうり スイートコーン たまねぎ すいか	エネルギー: 416kcal タンパク: 21.5g 脂質: 10.7g	食塩相当量: 2.1g	
15 水	マグロカツ 水菜サラダ なめこ汁 オレンジ	セサミトースト 牛乳	くろまぐる 鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	薄力粉 なたね油 パン粉(乾燥) ドレッシング 食パン ざらめ糖 無塩バター ごま(いり)	にんじん きゅうり 大豆もやし みずな なめこ 根深ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 499kcal タンパク: 26.5g 脂質: 21.1g	食塩相当量: 1.9g	
16 木	ポークチャップ ブロッコリーナムル えのき汁 ぶどう	アイス	ぶた中型種 かつ(ロース) 脂身つき、生) 豆みそ 削り節	なたね油 ごま油 ごま(いり) ラクトアイス(普通脂肪)	たまねぎ にんにく ブロッコリー にんじん 大豆もやし えのきたけ 乾燥わかめ ぶどう	エネルギー: 435kcal タンパク: 15.4g 脂質: 25.3g	食塩相当量: 3g	サマーキャンプ (年長児)



令和2年7月 献立表

3歳以上児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

日 曜	食 食		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			
17 金	ひじきの寄せ煮 かぼちゃのひき肉煮 若布汁 グレープフルーツ スパゲティ	せんべい ジョア	油揚げ 鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘み そ) かつお節 ナチュラル チーズ	車糖(三温糖) なたね油 スパゲッティ(乾) 有塩パ ター 米菓(塩せんべい)	ごぼう にんじん ひじき さ やいんげん 日本かぼちゃ たまねぎ 乾燥わかめ グ レープフルーツ	エネルギー: 424kcal タンパク: 19g 脂質: 9.3g	食塩相当量: 2.6g	サマーキ ャン プ (年長児)
18 土	ポテトサンド とうもろこし 牛乳200 オレンジ	せんべい フルーツジュース	ハム(ロース) 普通牛乳	じゃがいも マヨネーズ(全 卵型) ロールパン ミルク チョコレート 米菓(塩せん べい)	にんじん スイートコーン きゅうり スイートコーン バ レンシアオレンジ	エネルギー: 638kcal タンパク: 19g 脂質: 24.6g	食塩相当量: 1.7g	
19 日								
20 月	トマトシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ	ソフル(プレーン) せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 焼 き竹輪 生揚げ 普通牛乳	じゃがいも(塊茎、皮なし、 生) なたね油 車糖(三温 糖) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ にんじん トマト キウイフルーツ	エネルギー: 433kcal タンパク: 18.4g 脂質: 14.5g	食塩相当量: 1.2g	
21 火	さんまのかば焼き 小松菜和え ニラ玉汁 スイカ	焼きそば 牛乳	さんま(皮つき、生) 鶏卵、 全卵(生) かつお節 米み そ(甘みそ) ぶた大型種、 かた 普通牛乳	でん粉(じゃがいもでん粉) 車糖(三温糖) なたね油 蒸し中華めん	こまつな にんじん えのき たけ にら たまねぎ すい か キャベツ 大豆もやし	エネルギー: 436kcal タンパク: 19.4g 脂質: 21.5g	食塩相当量: 1.3g	
22 水	おろしハンバーグ 温野菜 オクラ汁 メロン トマト	甘バターパン 牛乳	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全 卵(生) 絹ごし豆腐 かつ お節 豆みそ 普通牛乳	パン粉(生) 車糖(三温糖) クリームパン	にんじん たまねぎ だいこ ん ブロッコリー キャベツ スイートコーン オクラ メロ ン トマト	エネルギー: 384kcal タンパク: 21.6g 脂質: 16.2g	食塩相当量: 1.7g	新潟遠足 (年長児)
23 木	海の日							
24 金	スポーツの日							
25 土	ソフトフランス (ジャム&マーガリン) ジャーマンポテト 牛乳200 オレンジ	プリン せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通 牛乳	コッパン いちご(ジャム、 高糖度) ソフトタイプマーガ リン じゃがいも 無塩パ ター 米菓	スイートコーン たまねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 644kcal タンパク: 18.3g 脂質: 20.9g	食塩相当量: 2.3g	
26 日								
27 月	焼き魚 かぼちゃサラダ オクラ汁 ぶどう とうもろこし	じゃが丸くん 牛乳	べにざけ(生) ハム(ロー ス) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳	マヨネーズ(全卵型) でん 粉 じゃがいも 有塩パター	日本かぼちゃ にんじん きゅうり オクラ たまねぎ ぶどう スイートコーン あま のり(焼きのり)	エネルギー: 370kcal タンパク: 19.8g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 1.4g	
28 火	ズッキーニ入り酢豚 半月卵 きゃべつ汁 グレープフルーツ スパゲティ	せんべい ヤクルト400	ぶた大型種、かたロース 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆 腐 かつお節 米みそ(甘み そ) ナチュラルチーズ	じゃがいも なたね油 車糖 (三温糖) でん粉 ごま (乾) スパゲッティ(乾) 有 塩バター 米菓	たまねぎ にんじん 青ピー マン 乾しいたけ ズッキーニ しょうが キャベツ 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 405kcal タンパク: 14.3g 脂質: 12.6g	食塩相当量: 1.8g	
29 水	照り焼きチキン ポテトサラダ えのき汁 スイカ	手作りラスク 牛乳	若鶏、もも(皮つき、生) ハ ム(ロース) 豆みそ 削り節 普通牛乳	じゃがいも マヨネーズ(全 卵型) 食パン ざらめ糖 オリーブ油	しょうが にんにく にんじん スイートコーン きゅうり え のきたけ たまねぎ 乾燥 わかめ すいか	エネルギー: 425kcal タンパク: 18.5g 脂質: 20.6g	食塩相当量: 2.5g	
30 木	夏野菜カレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ	アイス	ぶた、ひき肉(生) いか なご(生) 普通牛乳	じゃがいも なたね油 車糖 (三温糖) ごま(乾) ラクト アイス(普通脂肪)	たまねぎ にんじん スッ キーニ なす にんにく キ ウイフルーツ	エネルギー: 428kcal タンパク: 12.6g 脂質: 22.1g	食塩相当量: 1.6g	
31 金	赤うおの塩焼き チンジャオロース とろりんスープ ぶどう オクラ	ビスケット 牛乳	しらうお(生) ぶた大型種、 かたロース 鶏卵、全卵 (生) かに風味かまぼこ 普通牛乳	でん粉 ごま油 車糖(三温 糖) マヨネーズ(全卵型) ビスケット(ソフト)	キャベツ たけのこ 青ピー マン にんにく にんじん たまねぎ わかめ ぶなしめ じ ぶどう オクラ	エネルギー: 414kcal タンパク: 19.1g 脂質: 19.7g	食塩相当量: 1.4g	

材料の都合により献立を変更する場合があります

令和2年7月 献立表

3歳未満児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

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 水	アスパラガス 麦茶	きんぴらごぼう 厚焼き卵 栄養麩汁 ぶどう ご飯	冷やしそうめん 牛乳	ぶた大型種 ロース(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	米菓 ごま(いり) 車糖(三温糖) なたね油 しらたき 焼きふ、水稲穀粒(精白米) そうめん	ごぼう にんじん 乾しいたけ こまつな たまねぎ ぶどう きゅうり 赤色トマト スイートコーン	エネルギー: 549kcal たんぱく: 18.9g 脂質: 14.4g	食塩相当量: 2.9g	
2 木	ビスケット 麦 茶	ラタトゥイユ 鶏肉のさっぱり煮 牛乳 いんげんのゴマ和え メロン ご飯	チョコチップパン 牛乳	若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	ビスケット じゃがいも 車糖(三温糖) ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) ロールパン ミルクチョコレート	たまねぎ なす にんにく にんじん トマト マッシュルーム スズキニ 赤ピーマン さやいんげん スイートコーン メロン	エネルギー: 584kcal たんぱく: 20.3g 脂質: 23.3g	食塩相当量: 3g	
3 金	バナナ 麦茶	夏野菜麻婆 フライドポテト えのき汁 ゴールデンキウイ ご飯	せんべい ジョアブルーベリー	木綿豆腐 ぶた、ひき肉(生) 金山寺みそ 豆みそ 削り節	ごま油 でん粉 じゃがいも なたね油 水稲穀粒(精白米) 米菓	バナナ なす 青ピーマン にんにく しょうが 赤色トマト えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ キウイフルーツ	エネルギー: 522kcal たんぱく: 18.5g 脂質: 9.6g	食塩相当量: 2.2g	
4 土	クラッカー 麦 茶	ソフトフランスピーナツパン ココロスープ 牛乳 オレンジ	バナナ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) コッペパン らっかせい(ピーナツバター) じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ にんにく バレンシアオレンジ バナナ	エネルギー: 438kcal たんぱく: 13g 脂質: 12g	食塩相当量: 1.9g	
5 日									
6 月	玉子ボーロ 麦 茶	ふわふわ鶏から揚げ 青菜和え なす汁 メロン ご飯	フルーツヨーグルト せんべい	鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ヨーグルト	ボーロ(衛生ボーロ) なたね油 焼きふ(親世ふ) 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓	しょうが にんにく ほうれんそう にんじん 大豆もやし スイートコーン なす たまねぎ メロン なつみかん もも バナナ	エネルギー: 441kcal たんぱく: 13.9g 脂質: 7.9g	食塩相当量: 1.3g	
7 火	せんべい 麦茶	赤魚のムニエルきのごソースかけ マカロニサラダ オクラ汁 ゴールデンキウイ ご飯	パンプキンケーキ 牛乳	しらうお(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 鶏卵、全卵(生) 普通牛乳	米菓 無塩バター 薄力粉 マカロニ マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) プレミックス粉 車糖(三温糖)	エリンギ えのきたけ レモン きゅうり にんじん スイートコーン オクラ たまねぎ キウイフルーツ 日本かぼちゃ	エネルギー: 540kcal たんぱく: 19.3g 脂質: 22.7g	食塩相当量: 1.9g	
8 水	ビスケット 麦 茶	いわしの味噌煮 シーザーサラダ 若布汁 ぶどう ご飯	ピザパン 牛乳	いわし 米みそ ベーコン プロセステーズ 絹ごし豆腐 かつお節 ナチュラルチーズ 普通牛乳	ビスケット(ソフト) 車糖(三温糖) ドレッシング 水稲穀粒(精白米) ロールパン	しょうが にんじん キャベツ スイートコーン たまねぎ 乾燥わかめ ぶどう	エネルギー: 597kcal たんぱく: 23.6g 脂質: 26.8g	食塩相当量: 2.6g	
9 木	バナナ 麦茶	冷やし中華 鶏のから揚げ スポロン とうもろこし スイカ	ショートケーキ 牛乳	鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳	中華めん(生) ごま油 なたね油 薄力粉 でん粉 ショートケーキ	バナナ きゅうり わかめ レタス 赤色トマト しょうが にんにく スイートコーン すいか	エネルギー: 617kcal たんぱく: 19.2g 脂質: 21.5g	食塩相当量: 1.4g	お誕生会
10 金	動物ビスケット 麦茶	オクラ入り五日納豆 さつまいものバター煮 牛乳 バナナ ご飯	せんべい ヤクルト400	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセステーズ 普通牛乳	ビスケット(ソフト) さつまいも 有塩バター 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	オクラ にんじん 根深ねぎ バナナ	エネルギー: 576kcal たんぱく: 19.3g 脂質: 16.4g	食塩相当量: 1.7g	
11 土	玉子ボーロ 麦 茶	ミルクリッチ ツナコーンサラダ 牛乳 オレンジ	せんべい 野菜生活	まぐろ類缶詰(水煮、フレーク、ライト) 普通牛乳	ボーロ(衛生ボーロ) クリームパン マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	スイートコーン にんじん きゅうり バレンシアオレンジ	エネルギー: 381kcal たんぱく: 11.5g 脂質: 11.9g	食塩相当量: 1.1g	保育参加
12 日									
13 月	アスパラガス 麦茶	肉じゃが スクランブルエッグ なす汁 メロン ご飯	ソファール(いちご) クラッカー	ぶた大型種 かつ(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ)	米菓 じゃがいも しらたき 車糖(三温糖) 有塩バター 焼きふ、水稲穀粒(精白米) クラッカー	にんじん たまねぎ さやいんげん なす メロン	エネルギー: 462kcal たんぱく: 18.1g 脂質: 8.5g	食塩相当量: 1.3g	
14 火	ビスケット 麦茶	豚肉の野菜巻き 春雨サラダ かき玉汁 スイカ ご飯	せんべい スポロン	ぶた中型種 かつ(赤肉、生) ハム(ロース) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ	ビスケット(ソフト) じゃがいも 車糖(三温糖) 緑豆はるさめ(乾) ドレッシング 水稲穀粒(精白米) 米菓	にんじん さやいんげん きゅうり スイートコーン たまねぎ すいか	エネルギー: 496kcal たんぱく: 20.1g 脂質: 11g	食塩相当量: 2.1g	
15 水	クラッカー 麦茶	マグロカツ 水菜サラダ なめこ汁 オレンジ ご飯	セサミトースト 牛乳	くろまぐろ 鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳	クラッカー 薄力粉 なたね油 薄力粉 ドレッシング 水稲穀粒(精白米) 食パン ざらめ糖 無塩バター ごま(いり)	にんじん きゅうり 大豆もやし みずな なめこ 根深ねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 572kcal たんぱく: 23g 脂質: 20g	食塩相当量: 2.1g	
16 木	せんべい 麦茶	ポークチャップ ブロッコリーナムル えのき汁 ぶどう ご飯	アイス	ぶた中型種 かつ(脂身つき、生) 豆みそ 削り節	米菓(塩せんべい) なたね油 ごま油 ごま(いり) 水稲穀粒(精白米) ラクトアイス	たまねぎ にんにく ブロッコリー にんじん 大豆もやし えのきたけ 乾燥わかめ ぶどう	エネルギー: 482kcal たんぱく: 13.7g 脂質: 21.8g	食塩相当量: 3g	

令和2年7月 献立表

3歳未満児



面川報徳保育園分園大戸報徳保育園

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		
17 金	ビスコ 麦茶	ひじきの寄せ煮 かぼちゃのひき肉煮 若布汁 グレープフルーツ ご飯	せんべい ジョア	油揚げ 鶏肉、ひき肉(生) 絹ごし豆腐 米みそ(甘みそ) かつお節	ビスケット(ソフト) 車糖(三温糖) なたね油 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	ごぼう にんじん ひじき さやいんげん 日本かぼちゃ たまねぎ 乾燥わかめ グレープフルーツ	エネルギー: 474kcal たんぱく: 18.7g 脂質: 9.4g	食塩相当量: 2.4g
18 土	動物ビスケット 麦茶	ポテトサンド とうもろこし 牛乳 オレンジ	せんべい フルーツジュース	ハム(ロース) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) じゃがいも マヨネーズ(全卵型) ロールパン ミルクチョコレート 米菓(塩せんべい)	にんじん スイートコーン きゅうり スイートコーン バレンシアオレンジ	エネルギー: 551kcal たんぱく: 13.4g 脂質: 22g	食塩相当量: 1.4g
19 日								
20 月	アスパラガス 麦茶	トマトシチュー ちくわと厚揚げの煮物 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	ソファール(ブレーン) せんべい	若鶏、もも(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳	米菓(塩せんべい) じゃがいも なたね油 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	たまねぎ にんじん トマト キウイフルーツ	エネルギー: 507kcal たんぱく: 18.5g 脂質: 13.5g	食塩相当量: 1.3g
21 火	せんべい 麦茶	さんまのかば焼き 小松菜和え ニラ玉汁 スイカ ご飯	焼きそば 牛乳	さんま(皮つき、生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) ふた大型種、かた 普通牛乳	米菓(塩せんべい) でん粉 車糖(三温糖) なたね油 水稲穀粒(精白米) 蒸し中華めん	こまつな にんじん えのき たけにら たまねぎ すいか キャベツ 大豆もやし	エネルギー: 545kcal たんぱく: 21.4g 脂質: 21.8g	食塩相当量: 1.5g
22 水	ビスケット 麦茶	おろしハンバーグ 温野菜 オクラ汁 メロン トマト ご飯	甘バターパン 牛乳	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳	ビスケット(ソフト) パン粉(生) 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米) クリームパン	にんじん たまねぎ だいこん プロッコリー キャベツ スイートコーン オクラ メロン 赤色トマト	エネルギー: 534kcal たんぱく: 23.7g 脂質: 20.5g	食塩相当量: 1.8g
23 木	海の日							
24 金	スポーツの日							
25 土	玉子ボーロ 麦茶	ソフトフランスジャム&マーガリン ジャーマンポテト 牛乳 オレンジ	プリン せんべい	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳	ボーロ コッペパン いちご(ジャム、高糖度) ソフトタイプマーガリン じゃがいも 無塩バター 米菓	スイートコーン たまねぎ バレンシアオレンジ	エネルギー: 449kcal たんぱく: 11g 脂質: 13.8g	食塩相当量: 1.4g
26 日								
27 月	クラッカー 麦茶	焼き魚 かぼちゃサラダ オクラ汁 ぶどう ご飯	じゃが丸くん 牛乳	べにざけ(生) ハム(ロース) 絹ごし豆腐 かつお節 豆みそ 普通牛乳	クラッカー(ソーダ) マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) でん粉 じゃがいも 有塩バター	日本かぼちゃ にんじん きゅうり スイートコーン オクラ たまねぎ ぶどう あまのり(焼きのり)	エネルギー: 473kcal たんぱく: 21.1g 脂質: 15.5g	食塩相当量: 1.7g
28 火	プリン	ズッキーニ入り酢豚 半月卵 きゃべつ汁 グレープフルーツ ご飯	せんべい ヤクルト400	ぶた大型種、かたロース(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ)	じゃがいも なたね油 車糖(三温糖) でん粉 ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) 米菓	たまねぎ にんじん 青ピーマン 乾しいたけ ズッキーニ しょうが キャベツ 根深ねぎ グレープフルーツ	エネルギー: 475kcal たんぱく: 14.5g 脂質: 12.1g	食塩相当量: 1.6g
29 水	せんべい 麦茶	照り焼きチキン ポテトサラダ えのき汁 スイカ ご飯	手作りラスク 牛乳	若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ロース) 豆みそ 削り節 普通牛乳	米菓 じゃがいも マヨネーズ 水稲穀粒(精白米) 食パン ざらめ糖 オリーブ油	しょうが にんにく にんじん スイートコーン きゅうり えのきたけ たまねぎ 乾燥わかめ すいか	エネルギー: 492kcal たんぱく: 17.2g 脂質: 18.1g	食塩相当量: 2.6g
30 木	動物ビスケット 麦茶	夏野菜カレー 小女子 牛乳 ゴールデンキウイ ご飯	アイス	ぶた、ひき肉(生) いかなぎ(生) 普通牛乳	ビスケット(ソフト) じゃがいも なたね油 車糖(三温糖) ごま(乾) 水稲穀粒(精白米) ラクトアイス	たまねぎ にんじん ズッキーニ なす にんにく キウイフルーツ	エネルギー: 578kcal たんぱく: 14.7g 脂質: 26.4g	食塩相当量: 1.7g
31 金	ビスケット 麦茶	赤うおの塩焼き チンジャオロース とろりんスープ ぶどう ご飯	ビスケット 牛乳	しらうお(生) ぶた大型種、かたロース 鶏卵、全卵(生) かに風味かまぼこ 普通牛乳	ビスケット(ソフト) でん粉(じゃがいもでん粉) ごま油 車糖(三温糖) 水稲穀粒(精白米)	キャベツ たけのこ 青ピーマン にんにく にんじん たまねぎ わかめ ふなめじ ぶどう	エネルギー: 449kcal たんぱく: 16.2g 脂質: 16.9g	食塩相当量: 1.3g

材料の都合により献立を変更する場合があります