

令和6年7月 献立表

3歳以上児

会津報徳保育園

日 曜	献立名		あか	黄	みどり	栄養価	
	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 月	スタミナカレー 春雨サラダ 牛乳 とうもろこし オレンジ	手作り飲むヨーグルト ムーンライト	ふた大型種 かつお節(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 普通牛乳1リットル	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 緑豆(うるち) ドレッシングタイプ和風調味料 乳酸菌飲料(乳製品) ビスケット(ソフト)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) しょうが(根茎、生) には(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) きゅうり(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生)	144kcal たんぱく質: 4.25g 脂質: 17.3g	144kcal たんぱく質: 241mg 食塩相当量: 1.9g
2 火	焼き魚(鮭) と風ポテサラ なめこ汁 ズッキーニのチーズ焼き グレープフルーツ	なかよしプリン うす塩せんべい	べにざけ(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ナチュラールチーズ(ハルメク)	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) マヨネーズ(全卵型) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	にんにく(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) 塩昆布(乾燥、生) なめこ(水素添加、生) しょうが(根茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) グレープフルーツ(白肉種、粒じょう、生)	144kcal たんぱく質: 333kcal たんぱく質: 16.2g 脂質: 12.8g	144kcal たんぱく質: 120mg 食塩相当量: 1g
3 水	油淋鶏 ほうれん草のお浸し わかめスープ ブロッコリー メロン	牛乳 フレンチトースト	若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	なたね油 でん粉(じゃがいもでん粉) ごま(白) マヨネーズ(全卵型) 食パン 車輪(三温糖) ムーブシロップ 有塩バター	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) ほうれん草(葉、適年平均、生) ブラックマツメ(生) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(乾燥、生) ブロッコリー(花序、生)	144kcal たんぱく質: 469kcal たんぱく質: 20.2g 脂質: 26.3g	144kcal たんぱく質: 205mg 食塩相当量: 1.1g
4 木	マーボーナス 半月卵 オクラ汁 ナムル スイカ	牛乳 手作りクッキー	ふた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) かつお節 絹ごし豆腐 普通牛乳100	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 薄力粉(1等) 有塩バター 車輪(三温糖)	なす(果実、生) には(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) オクラ(果実、生) ブラックマツメ(生) きゅうり(果実、生) みずな(葉、生)	144kcal たんぱく質: 432kcal たんぱく質: 17.8g 脂質: 21.4g	144kcal たんぱく質: 204mg 食塩相当量: 1.1g
5 金	七夕そうめん 青しその照り焼きチキン 牛乳 とうもろこし ゴールデンキウイ	ジョア(プレーン) 肉巻きおにぎり	かつお節 鶏卵、全卵(生) なたね油、もも(皮つき、焼き) 若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100 ぶた大型種、ロース(脂身つき、生)	そうめん、ひやむぎ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米)	根深ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) しそ(葉、生) スイートコーン(未熟種子、生) ゴールデンキウイ	144kcal たんぱく質: 772kcal たんぱく質: 42.6g 脂質: 26.3g	144kcal たんぱく質: 442mg 食塩相当量: 2g
6 土	ソフトフランス(甘バター) コーンチャウダー 牛乳 オレンジ	ぶどうジュース アスパラガス	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳200	フランスパン 有塩バター 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	144kcal たんぱく質: 621kcal たんぱく質: 19.1g 脂質: 19.6g	144kcal たんぱく質: 271mg 食塩相当量: 2.1g
7 日							
8 月	鶏肉のさっぱり煮 シーザーサラダ ワンタンスープ 牛乳 ゴールデンキウイ	フルーツヨーグルト クッキー	若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ロース) ナチュラールチーズ(ハルメク) ぶた、ひき肉(生) 普通牛乳100	車輪(三温糖) マヨネーズ(全卵型) しゅうまいの皮 ビスケット(ソフト)	にんにく(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) ゴールデンキウイ	144kcal たんぱく質: 443kcal たんぱく質: 17.6g 脂質: 21.2g	144kcal たんぱく質: 271mg 食塩相当量: 0.8g
9 火	メルルーサのマリネ さつま芋サラダ わかめ汁 メロン	野菜生活 とうもろこし	メルルーサ(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ)	車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 さつま芋(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型)	赤ピーマン(果実、生) 黄ピーマン(果実、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) にんにく(りん茎、生) わかめ(乾燥、生) えのきたけ(生) メロン(温室メロン、生)	144kcal たんぱく質: 314kcal たんぱく質: 13.3g 脂質: 9.6g	144kcal たんぱく質: 41mg 食塩相当量: 0.7g
10 水	豚肉の生姜焼き もやし和え レタススープ 揚げ出し豆腐 オレンジ	牛乳 手作りセサミトースト	ぶた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ベーコン) 凍り豆腐(乾) 普通牛乳100	車輪(三温糖) 薄力粉(1等) オリーブ油 ドレッシングタイプ和風調味料 でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 食パン ざらめ糖(グラニュー糖) 有塩バター ごま(白)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) 大豆(生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) なたね油(生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	144kcal たんぱく質: 603kcal たんぱく質: 27.3g 脂質: 33.5g	144kcal たんぱく質: 303mg 食塩相当量: 2.4g
11 木	ビビンバ グリーンサラダ トマトスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	水稲穀粒(精白米) ごま油 フレンチドレッシング ショートケーキ	ほうれん草(葉、適年平均、生) ブラックマツメ(生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) アスパラガス(若菜、生) ブロッコリー(花序、生) きゅうり(果実、生)	144kcal たんぱく質: 664kcal たんぱく質: 24.4g 脂質: 26.4g	144kcal たんぱく質: 226mg 食塩相当量: 1.6g
12 金	じゃが芋のひき肉煮 野菜入り卵焼き しめじ汁 チーズ スイカ	スポロン ばかうけ	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) プロセスチーズ	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 さつま芋(塊根、皮むき、生) 米菓(塩せんべい)	にんにく(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) さやいんげん(若豆、生) ほうれん草(葉、適年平均、生) ぶなしめじ(生) すいか(赤肉種、生)	144kcal たんぱく質: 367kcal たんぱく質: 15.5g 脂質: 11g	144kcal たんぱく質: 182mg 食塩相当量: 1.5g
13 土	菓子袋						
14 日							
15 月	海の日						
16 火	さばの味噌煮 マセアンサラダ 玉ねぎ汁 トマト オレンジ	なかよしヨーグルト 味しらべ	味さば(生) 米みそ(甘みそ) ハム(ロース) 凍り豆腐(乾) かつお節	車輪(三温糖) さつま芋(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) ドレッシングタイプ和風調味料 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ(りん茎、生) 赤色トマト(果実、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	144kcal たんぱく質: 322kcal たんぱく質: 14.4g 脂質: 11.1g	144kcal たんぱく質: 139mg 食塩相当量: 1.6g
17 水	鶏肉のバーベキューソース ひじきサラダ トマトスープ かぼちゃの蒸し焼き メロン	牛乳 揚げパン	若鶏、もも(皮つき、生) 焼き竹輪 ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	ドレッシングタイプ和風調味料 車輪(三温糖) コッペパン なたね油	たまねぎ(りん茎、生) にんにく(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ひじき(ほしひじき) 赤色トマト(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	144kcal たんぱく質: 459kcal たんぱく質: 24.3g 脂質: 22.7g	144kcal たんぱく質: 190mg 食塩相当量: 1.9g
18 木	五目昆布煮 スクランブルエッグ きやべつ汁 とうもろこし スイカ	牛乳 バナナカップケーキ	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 黄だし(水煮缶詰) 鶏卵、全卵(生) まぐろ(刺身用) 水素添加(水素添加、生) フレーク、ライト 揚げパン かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) フレミックス粉(ホットケーキ用) 有塩バター	まごころ(葉干し、乾) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン(未熟種子、生) すいか(赤肉種、生) パン(生)	144kcal たんぱく質: 389kcal たんぱく質: 18.2g 脂質: 16.4g	144kcal たんぱく質: 264mg 食塩相当量: 1.8g
19 金	塩焼きそば 水菜のお浸し テンゲン菜スープ ゴールデンキウイ	カルピスポンチ 芋花子	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) ベーコン(ベーコン)	蒸し中華めん 乳酸菌飲料(乳製品) さつま芋(塊根、皮むき、生) なたね油	にんにく(りん茎、生) には(葉、生) キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) ブラックマツメ(生) みずな(葉、生) チンゲンサイ(葉、生) スイートコーン(未熟種子、生)	144kcal たんぱく質: 254kcal たんぱく質: 6.7g 脂質: 8.1g	144kcal たんぱく質: 107mg 食塩相当量: 0.5g
20 土	ハンバーガー 夏野菜ラタトゥイユ 牛乳 バナナ	リンゴジュース 動物ビスケット	ぶた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 普通牛乳100	コッペパン オリーブ油 車輪(三温糖) ビスケット(ソフト)	にんにく(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) きゅうり(果実、生) 日本かぼちゃ(果実、生) なす(果実、生) ズッキーニ(果実、生) トマト缶詰	144kcal たんぱく質: 557kcal たんぱく質: 18g 脂質: 18.7g	144kcal たんぱく質: 233mg 食塩相当量: 1.8g
21 日							
22 月	トマトシチュー 竹輪と厚揚げ煮 牛乳 ほうれん草のお浸し オレンジ	手作り飲む 目峰ヨーグルト 星たべよ	成鶏、むね(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳100 普通牛乳1リットル	車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	トマト缶詰(ホール、食塩無添加) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 赤色トマト(果実、生) ほうれん草(葉、適年平均、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生)	144kcal たんぱく質: 292kcal たんぱく質: 12.5g 脂質: 10.7g	144kcal たんぱく質: 254mg 食塩相当量: 0.8g
23 火	ブリカツ 水菜サラダ ニラ玉汁 ブロッコリー グレープフルーツ	ぶどうゼリー しょうゆせんべい	ぶり(成魚、生) 鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サラフー油(ハイオレリック) ドレッシングタイプ和風調味料 マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	にんにく(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ブラックマツメ(生) みずな(葉、生) には(葉、生) ブロッコリー(花序、生) グレープフルーツ(白肉種、粒じょう、生)	144kcal たんぱく質: 408kcal たんぱく質: 16g 脂質: 20.1g	144kcal たんぱく質: 71mg 食塩相当量: 1.2g
24 水	花シュウマイ 春雨ソテー なす汁 トマト ゴールデンキウイ	牛乳 エッグパン	ぶた、ひき肉(生) ベーコン(ベーコン) 凍り豆腐(乾) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 緑豆(うるち) オリーブ油 ロールパン マヨネーズ(全卵型)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) アスパラガス(若菜、生) にんじん(根、皮つき、生) なす(果実、生) 赤色トマト(果実、生) ゴールデンキウイ(果実、生) きゅうり(果実、生)	144kcal たんぱく質: 544kcal たんぱく質: 22.4g 脂質: 25.9g	144kcal たんぱく質: 202mg 食塩相当量: 1.7g
25 木	オクラ入り五目納豆 さつま芋の甘煮 モロヘイヤ汁 いんげん スイカ	牛乳 じゃが丸くん	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆 プロセスチーズ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	マヨネーズ(全卵型) さつま芋(塊根、皮むき、生) 車輪(三温糖) 焼きふ(観世ふ) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター でん粉(じゃがいもでん粉)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) モロヘイヤ(葉、生) さやいんげん(若豆、生) すいか(赤肉種、生) あまのり(焼きのり)	144kcal たんぱく質: 374kcal たんぱく質: 15g 脂質: 15.8g	144kcal たんぱく質: 247mg 食塩相当量: 1.7g
26 金	トマトクリームスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 とうもろこし メロン	アイス サラダせんべい	ベーコン(ベーコン) クリーム(乳脂肪、植物性脂肪) ぶた、肝臓(生) 普通牛乳100	マカロニス(パゲッティ(乾) 有塩バター) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 ラクトアイス(普通脂肪) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) エンゼル(生) 赤色トマト(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) メロン(温室メロン、生)	144kcal たんぱく質: 700kcal たんぱく質: 24.6g 脂質: 30.9g	144kcal たんぱく質: 222mg 食塩相当量: 2.4g
27 土	コッペパン(ジャムマーガリン) 野菜の豆乳スープ 牛乳 オレンジ	気になるジュース こつぶあられ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	コッペパン 無塩バター いちご(ジャム、低糖度) 豆乳(調整豆乳) 米菓(あられ)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キャベツ(結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) バレンシアオレンジ(砂じょう、生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	144kcal たんぱく質: 612kcal たんぱく質: 17.1g 脂質: 22.7g	144kcal たんぱく質: 213mg 食塩相当量: 2.5g
28 日							
29 月	ひじきと炒り豆腐 スパゲティサラダ のっぺい汁 牛乳 ゴールデンキウイ	ヨーグルト ~手作りジャムのせ~ まんまるソフトせん	焼き竹輪 木綿豆腐 まぐろ(刺身用) 水素添加(水素添加、生) フレーク、ライト かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) なたね油 マカロニス(パゲッティ(乾) マヨネーズ(全卵型) でん粉(じゃがいもでん粉) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) キヤベツ(結球葉、生) スイートコーン(未熟種子、生) ごぼう(根、生) 根深ねぎ(葉、軟白、生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生)	144kcal たんぱく質: 384kcal たんぱく質: 15.6g 脂質: 15g	144kcal たんぱく質: 358mg 食塩相当量: 1.6g
30 火	焼き魚(ほっけ) かぼちゃサラダ コンソープ じゃがバター スイカ	牛乳 ビスコ	ほっけ(生) まぐろ(刺身用) 油漬、フレーク、ライト 普通牛乳100	マヨネーズ(全卵型) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター ビスケット(ソフト)	たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) キヤベツ(結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) メロン(温室メロン、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	144kcal たんぱく質: 399kcal たんぱく質: 15.4g 脂質: 20.1g	144kcal たんぱく質: 150mg 食塩相当量: 0.7g
31 水	カツギョウザ 青菜和え モロヘイヤ汁 金時豆 メロン	牛乳 パンキンパン	ぶた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) ぶた、ひき肉(生) かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サラフー油(ハイオレリック) 焼きふ(観世ふ) 車輪(三温糖) クリームパン	キャベツ(結球葉、生) には(葉、生) こまつな(葉、生) ブラックマツメ(生) (生) にんじん(根、皮つき、生) モロヘイヤ(葉、生) メロン(温室メロン、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	144kcal たんぱく質: 460kcal たんぱく質: 22.7g 脂質: 20.8g	144kcal たんぱく質: 224mg 食塩相当量: 0.8g



給食MEMO
11日(木) お誕生会
15日(月) 海の日
19日(金) さくら組 サマーキャンプ
20日(土) //

材料の都合により、献立が変更になることがあります。



令和6年7月 献立表

3歳未満児

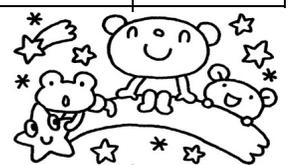
会津報徳保育園

日曜	献立名			あか	黄	みどり	栄養価	
	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月	りんごゼリー	スタミナカレー 春雨サラダ 牛乳 ご飯 とうもろこし オレンジ	手作り飲むヨーグルト ムーンライト	ふた大型種、かた(脂身つき、生) ハム(ロース) 普通牛乳100 普通牛乳1リットル	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 緑豆(はるさめ(乾)) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) 乳酸菌飲料(乳製品) ビスケット(ソフト)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) しらす(生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) きゅうり(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) ほうろく(果実、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	244kcal たんぱく質: 517mg 脂質: 12.8g 食塩相当量: 1.4g	
2火	牛乳 ビスコ	焼き魚(鮭) 和風ポテサラ なめこ汁 ご飯 スズキ二のチーズ焼き グレープフルーツ	なかよしプリン うす塩せんべい	普通牛乳100 べにざげ(生) 焼き竹輪 絹ごし豆腐 かつお節 米みそ(甘みそ) ナチュラルチーズ(バルメザン)	ビスケット(ソフト) 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) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうろく(果実、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) オリーブ油 米菓(塩せんべい)	244kcal たんぱく質: 597kcal たんぱく質: 20.1g 脂質: 21.5g 食塩相当量: 1.1g	
3水	ヤクルト アンパンマンせんべい	油淋鶏 ほうれんそうのお浸し わかめスープ ご飯 ブロッコリー メロン	牛乳 フレンチトースト	若鶏、もも(皮つき、生) 普通牛乳100 普通牛乳 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) なたね油 でん粉(じゃがいもでん粉) ごま(しい) 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵型) 食パン 車輪(三温糖) メープルシロップ 有塩バター	しょうが(根茎、生) にんにく(りん茎、生) 根茎ねぎ(葉、軟白、生) ほうろく(果実、生) ほうろく(果実、生) フラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生)	244kcal たんぱく質: 531kcal たんぱく質: 17g 脂質: 18.4g 食塩相当量: 0.9g	
4木	麦茶 バナナ	マーボーナス 半月卵 オクラ汁 ご飯 ナムル スイカ	牛乳 手作りクッキー	ふた、ひき肉(生) 米みそ(甘みそ) 鶏卵、全卵(生) かつお節 絹ごし豆腐 普通牛乳100	ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 薄力粉(1等) 有塩バター 車輪(三温糖)	バナナ(生) なす(果実、生) ほうろく(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) しょうが(根茎、生) オクラ(果実、生) フラックマッペもやし(生) きゅうり(果実、生)	244kcal たんぱく質: 521kcal たんぱく質: 16.7g 脂質: 17.8g 食塩相当量: 0.9g	
5金	牛乳 白い風船	七夕そうめん 青しその照り焼きチキン とうもろこし ゴールデンキウイ	ジョア(プレーン) 肉巻きおにぎり	普通牛乳100 かつお節 鶏卵、全卵(生) なたね油 若鶏、もも(皮つき、生) 若鶏、もも(皮つき、生) ふた大型種、ロース(脂身つき、生)	ウエハース そうめん、ひやむぎ(乾) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米)	根茎ねぎ(葉、軟白、生) にんじん(根、皮つき、生) しそ(葉、生) スイートコーン(未熟種子、生) ゴールデンキウイ	244kcal たんぱく質: 661kcal たんぱく質: 33.9g 脂質: 19.9g 食塩相当量: 1.8g	
6土	麦茶 Caせんべい	ソフトフランス(甘バター) コーンチャウダー 牛乳 オレンジ	ぶどうジュース アスパラガス	成鶏、むね(皮つき、生) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) フランスパン 有塩バター	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) スイートコーン(未熟種子、生) クリームスタイル バランスオレンジ(砂糖、生)	244kcal たんぱく質: 501kcal たんぱく質: 13.8g 脂質: 13.3g 食塩相当量: 1.9g	
7日								
8月	牛乳 ほしのせんべい	鶏肉のさっぱり煮 シーザーサラダ ワンタンスープ ひじきご飯 ゴールデンキウイ	フルーツヨーグルト クッキー	普通牛乳100 若鶏、もも(皮つき、生) ハム(ロース) ナチュラルチーズ(バルメザン) ふた、ひき肉(生) 油揚げ	米菓(塩せんべい) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) ビスケット(ソフト)	にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) チョコレート(生)	244kcal たんぱく質: 571kcal たんぱく質: 18.6g 脂質: 20.3g 食塩相当量: 1g	
9火	牛乳 豆乳クッキー	メルルーサのマリネ さつま芋サラダ わかめ汁 ご飯 メロン	野菜生活 とうもろこし	普通牛乳100 メルルーサ(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ)	ビスケット(ソフト) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 さつま芋(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米)	赤ピーマン(果実、生) 黄ピーマン(果実、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) わかめ(海藻、生) えのきたけ(生) メロン(温室メロン、生) スイートコーン(未熟種子、生)	244kcal たんぱく質: 492kcal たんぱく質: 16.2g 脂質: 14.5g 食塩相当量: 0.8g	
10水	麦茶 スイカ	豚肉の生姜焼き もやし和え レタススープ ご飯 揚げ出し豆腐 オレンジ	牛乳 手作りセサミトースト	ふた大型種、ロース(脂身つき、生) ベーコン(ベーコン) 凍り豆腐(乾) 普通牛乳100	車輪(三温糖) 薄力粉(1等) オリーブ油 ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 食パン ざらめ糖(グラニュー糖) 有塩バター ごま	すいか(果肉種、生) しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) 大豆もやし(生) きゅうり(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ほうろく(果実、生) えのきたけ(生) メロン(温室メロン、生) スイートコーン(未熟種子、生)	244kcal たんぱく質: 603kcal たんぱく質: 24.2g 脂質: 26g 食塩相当量: 1.8g	
11木	なかよしプリン	ピピンパ舞 グリーンサラダ トマトスープ フルーツ盛り合わせ	牛乳 ケーキ	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) 水稲穀粒(精白米) ごま油 フレンチドレッシング ショートケーキ	ほうろく(果実、生) ほうろく(果実、生) フラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) にんにく(りん茎、生) アスパラガス(若茎、生) ブロッコリー(花序、生) きゅうり(果実、生)	244kcal たんぱく質: 632kcal たんぱく質: 23.9g 脂質: 20.9g 食塩相当量: 1.4g	
12金	ジョア(ブルーベリー) コーンチャウダー Caせんべい	じゃが芋のひき肉煮 野菜入り卵焼き しめじ汁 ご飯 チーズ スイカ	スポン ばかうけ	ふた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) かつお節 米みそ(甘みそ) プロセスチーズ	じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 車輪(三温糖) なたね油 さつま芋(塊根、皮むき、生) 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) きゅうり(果実、生) や、生 ほうろく(果実、生) ほうろく(果実、生) ほうろく(果実、生) すいか(果肉種、生)	244kcal たんぱく質: 488kcal たんぱく質: 14.5g 脂質: 10g 食塩相当量: 1.2g	
13土	りんごゼリー	菓子袋						
14日								
15月								
16火	牛乳 ミレービスケット	さばの味噌煮 マセドアンサラダ 玉ねぎ汁 ご飯 トマト オレンジ	なかよしヨーグルト 味しらべ	普通牛乳100 まさば(生) 米みそ(甘みそ) ハム(ロース) 凍り豆腐(乾) かつお節	クラッカー(ソーダ) 車輪(三温糖) さつま芋(塊根、皮むき、生) マヨネーズ(全卵型) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) 米菓(塩せんべい)	しょうが(根茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ひじき(ほしひじき) たまねぎ(りん茎、生) 赤色トマト(果実、生) バランスオレンジ(砂糖、生)	244kcal たんぱく質: 531kcal たんぱく質: 18.8g 脂質: 15g 食塩相当量: 1.6g	
17水	麦茶 スイカ	鶏肉のバーベキューソース ひじきサラダ トマトスープ ご飯 かぼちゃの蒸し焼き メロン	牛乳 揚げパン	若鶏、もも(皮つき、生) 焼き竹輪 ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100 きな粉(全粒大豆、黄大豆)	すいか(果肉種、生) 車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) コップパン なたね油	ほうろく(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) にんにく(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) ひじき(ほしひじき) 赤色トマト(果実、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) まごころ(葉干、乾) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン(未熟種子、生) すいか(果肉種、生)	244kcal たんぱく質: 496kcal たんぱく質: 21.1g 脂質: 18.6g 食塩相当量: 1.5g	
18木	ソファール (プレーン)	五目昆布煮 ス克蘭ブルエッグ きやべつ汁 ご飯 とうもろこし スイカ	牛乳 バナナカップケーキ	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 黄大豆(全粒大豆) 鶏卵、全卵(生) まぐろ(刺身用) 水稲穀粒(精白米) 油揚げ かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	車輪(三温糖) 水稲穀粒(精白米) フレックス粉(ホットケーキ用) 有塩バター	ほうろく(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) ごぼう(根、生) キャベツ(結球葉、生) スイートコーン(未熟種子、生) すいか(果肉種、生)	244kcal たんぱく質: 521kcal たんぱく質: 20.7g 脂質: 15.9g 食塩相当量: 1.4g	
19金	野菜生活 ハッピータン	塩焼きそば 水菜のお浸し チンゲン菜スープ ゴールデンキウイ	カルピスボンチ 羊花子	ふた大型種、かた(脂身つき、生) ベーコン(ベーコン)	米菓(塩せんべい) 蒸し中華めん 乳酸菌飲料(乳製品) さつま芋(塊根、皮むき、生) なたね油	にんにく(りん茎、生) ほうろく(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) フラックマッペもやし(生) みずな(葉、生) チンゲン菜(葉、生) スイートコーン(未熟種子、生)	244kcal たんぱく質: 298kcal たんぱく質: 7.6g 脂質: 8.2g 食塩相当量: 0.7g	
20土	麦茶 さつまいもせんべい	バンズパン ハンバーグ 夏野菜ラタトゥイユ 牛乳 バナナ	リンゴジュース 動物ビスケット	ふた、ひき肉(生) 鶏卵、全卵(生) プロセスチーズ 普通牛乳100	さつま芋(塊根、皮むき、生) なたね油 コップパン オリーブ油 車輪(三温糖) ビスケット(ソフト)	にんにく(りん茎、生) たまねぎ(りん茎、生) レタス(土耕栽培、結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) なす(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) トマト(果実、生) 食塩無添	244kcal たんぱく質: 620kcal たんぱく質: 18.1g 脂質: 22.7g 食塩相当量: 1.8g	
21日								
22月	牛乳 かぼちゃポーロ	トマトシチュー 竹輪と厚揚げ煮 ピラフ ほうれん草のお浸し オレンジ	手作り飲む 巨峰ヨーグルト 星たべ	普通牛乳100 成鶏、むね(皮つき、生) 焼き竹輪 生揚げ 普通牛乳1リットル	ポーロ(衛生ポーロ) 車輪(三温糖) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) 有塩バター 乳酸菌飲料(乳製品) 米菓(塩せんべい)	トマト缶詰(ホール、食塩無添加) たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) 赤色トマト(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) ホールカーネルスタイル(ほうれん草、通年平)	244kcal たんぱく質: 396kcal たんぱく質: 12.3g 脂質: 10.2g 食塩相当量: 0.8g	
23火	麦茶 バナナ	ブリカツ 水菜サラダ ニラ玉汁 ご飯 ブロッコリー グレープフルーツ	ぶどうゼリー しょうゆせんべい	ふり(成魚、生) 鶏卵、全卵(生) ハム(ロース) かつお節 米みそ(甘みそ)	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラワー油(ハイオレイック) ドレッシングタイプ和風調味料 水稲穀粒(精白米) マヨネーズ(全卵型) 米菓(塩せんべい)	バナナ(生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) フラックマッペもやし(生) みずな(葉、生) にんじん(根、皮つき、生) プロック(花序、生) フルーツ白濁液(砂糖、生)	244kcal たんぱく質: 486kcal たんぱく質: 15.2g 脂質: 14.8g 食塩相当量: 1g	
24水	ヤクルト 枝豆せんべい	花シウマイ 春雨ソテー なす汁 ご飯 トマト ゴールデンキウイ	牛乳 エッグパン	ふた、ひき肉(生) ベーコン(ベーコン) 凍り豆腐(乾) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100 鶏卵、全卵(生)	米菓(塩せんべい) しゅうまいの皮 ごま油 でん粉(じゃがいもでん粉) 緑豆はるさめ(乾) オリーブ油 水稲穀粒(精白米) ロールパン マヨネーズ(全卵型)	しょうが(根茎、生) たまねぎ(りん茎、生) アスパラガス(若茎、生) にんじん(根、皮つき、生) なす(果実、生) 赤色トマト(果実、生) ゴールデンキウイ きゅうり(果実、生)	244kcal たんぱく質: 583kcal たんぱく質: 19.4g 脂質: 18.9g 食塩相当量: 1.5g	
25木	ソファール (プレーン)	オクラ入り五目納豆 さつまいもの甘煮 モロヘイヤ汁 ご飯 いんげん スイカ	牛乳 じゃが丸くん	焼き竹輪 鶏卵、全卵(生) 糸引き納豆(植物性脂肪) かつお節 米みそ(甘みそ) 普通牛乳100	マヨネーズ(全卵型) さつま芋(塊根、皮むき、生) 車輪(三温糖) 焼きふく(軟世ふ) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター でん粉(じゃがいもでん粉)	オクラ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) モロヘイヤ(葉菜、生) きやいんげん(若さや、生) すいか(果肉種、生) あまのり(焼きのり)	244kcal たんぱく質: 489kcal たんぱく質: 18.4g 脂質: 13.9g 食塩相当量: 1.2g	
26金	麦茶 セーブル	トマトクリームスパゲティ レバーの竜田揚げ 牛乳 とうもろこし メロン	アイス サラダせんべい	ベーコン(ベーコン) クリーム(乳脂肪) レバーの竜田揚げ 牛乳 とうもろこし 普通牛乳100	ビスケット(ソフト) マカロニスパゲティ(乾) 有塩バター でん粉(じゃがいもでん粉) なたね油 ラクトアイス(普通脂肪) 米菓(塩せんべい)	たまねぎ(りん茎、生) トマト缶詰(ホール、食塩無添加) エリゴ(生) 赤色トマト(果実、生) スイートコーン(未熟種子、生) メロン(温室メロン、生)	244kcal たんぱく質: 691kcal たんぱく質: 7.6g 脂質: 30.6g 食塩相当量: 2.2g	
27土	麦茶 きなこせんべい	コッペパン(ジャムマーガリン) 野菜の豆乳スープ 牛乳 オレンジ	気になるジュース こつぷあられ	ベーコン(ベーコン) 普通牛乳100	米菓(塩せんべい) コッペパン 無塩バター いちご(ジャム、低糖度) 豆乳(調整豆乳) 米菓(あられ)	たまねぎ(りん茎、生) にんじん(根、皮つき、生) キヌアズ(結球葉、生) 日本かぼちゃ(果実、生) バランスオレンジ(砂糖、生) ぶどう(濃縮還元ジュース)	244kcal たんぱく質: 541kcal たんぱく質: 14.8g 脂質: 18.7g 食塩相当量: 1.9g	
28日								
29月	牛乳 チーズクッキー	ひじきと炒り豆腐 スパゲティサラダ のっぺい汁 かぼちゃご飯 ゴールデンキウイ	ヨーグルト ~手作りジャムのせ~ まんまるソフトせん	普通牛乳100 焼き竹輪 木綿豆腐 大きく茹で詰(水煮、フレック、ライト) かつお節 若鶏、もも(皮つき、生)	リフパイ 車輪(三温糖) なたね油 マカロニスパゲティ(乾) マヨネーズ(全卵型) でん粉(じゃがいもでん粉) 水稲穀粒(精白米) ざらめ糖(グラニュー糖) 米菓(塩せんべい)	ひじき(ほしひじき) にんじん(根、皮つき、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) ホールカーネルスタイル(ほうれん草、通年平) きゅうり(果実、生) ごぼう(根、生) 根茎ねぎ(葉、軟白、生)	244kcal たんぱく質: 470kcal たんぱく質: 15.4g 脂質: 15.7g 食塩相当量: 1.1g	
30火	麦茶 バナナ	焼き魚(ほっけ) かぼちゃサラダ コンソープ ご飯 じゃがバター スイカ	牛乳 ビスコ	ほっけ(生) まぐろ(刺身用) 油漬、フレック、ライト 普通牛乳100	マヨネーズ(全卵型) 水稲穀粒(精白米) じゃがいも(塊茎、皮なし、生) 有塩バター ビスケット(ソフト)	バナナ(生) 日本かぼちゃ(果実、生) にんじん(根、皮つき、生) きゅうり(果実、生) たまねぎ(りん茎、生) スイートコーン(未熟種子、生) クリームスタイル(ほうれん草、通年平)	244kcal たんぱく質: 519kcal たんぱく質: 15.4g 脂質: 17.3g 食塩相当量: 0.6g	
31水	なかよしヨーグルト	カツギョウザ 青菜和え モロヘイヤ汁 ご飯 金時豆 メロン	牛乳 パンキンパン	ふた大型種、かた(脂身つき、生) 鶏卵、全卵(生) ぶた、ひき肉(生) かつお節 米みそ(甘みそ) ささげ(全粒、乾) 普通牛乳100	薄力粉(1等) パン粉(乾燥) サフラワー油(ハイオレイック) 焼きふく(軟世ふ) 水稲穀粒(精白米) 車輪(三温糖) クリームパン	キャベツ(結球葉、生) にんじん(根、皮つき、生) フラックマッペもやし(生) にんじん(根、皮つき、生) メロン(温室メロン、生) 日本かぼちゃ(果実、生)	244kcal たんぱく質: 558kcal たんぱく質: 21.8g 脂質: 19.3g 食塩相当量: 0.9g	

給食MEMO

11日(木) お誕生会
15日(月) 海の日

1歳6か月未満の子は、きざみ・薄味にしています。材料の都合により、献立が変更になることがあります。



令和6年 7月 離乳食献立予定表



※個々に合わせて進めていきます

		中期 7ヶ月～8ヶ月 舌でつぶせる固さ モグモグ期		後期 9ヶ月～11ヶ月 歯ぐきでつぶせる固さ カミカミ期	
日	曜				
1	月	7倍粥	にんじん汁 じゃが芋と鮭のトロトロ煮	5倍粥	にんじん汁 じゃが芋と鮭のトロトロ煮
2	火	7倍粥	豆腐汁 ポテトサラダ風煮	5倍粥	豆腐汁 ポテトサラダ風煮
3	水	7倍粥	ブロッコリースープ ほうれん草とささ身のトロトロ煮	5倍粥	ブロッコリースープ ほうれん草とささ身のトロトロ煮
4	木	7倍粥	オクラ汁 マーボーナス風トロトロ煮	5倍粥	オクラ汁 マーボーナス風トロトロ煮
5	金	七塔そうめん カジキとブロッコリーのトロトロ煮		七塔そうめん カジキとブロッコリーのトロトロ煮	
6	土	コーンパン粥 玉ねぎと豆腐のトロトロ煮		コーンパン粥 玉ねぎと豆腐のトロトロ煮	
7	日				
8	月	7倍粥	レタススープ 鮭ときゅうりのトロトロ煮	5倍粥	レタススープ 鮭ときゅうりのトロトロ煮
9	火	7倍粥	さつまい芋汁 絹さやとささみのトロトロ煮	5倍粥	さつまい芋汁 絹さやとささみのトロトロ煮
10	水	7倍粥	玉ねぎ汁 納豆とかぼちゃのトロトロ煮	5倍粥	玉ねぎ汁 納豆とかぼちゃのトロトロ煮
11	木	コーン粥	なすとカジキのトロトロ煮	コーン粥	なすとカジキのトロトロ煮
12	金	7倍粥	なす汁 じゃが芋とレバーのトロトロ煮	5倍粥	なす汁 じゃが芋とレバーのトロトロ煮
13	土	7倍粥	じゃが芋汁 いんげんと凍り豆腐のトロトロ煮	5倍粥	じゃが芋汁 いんげんと凍り豆腐のトロトロ煮
14	日				
15	月				
16	火	7倍魚粥	トマトスープ さつまい芋茶巾	5倍魚粥	トマトスープ さつまい芋茶巾
17	水	7倍粥	かぼちゃ汁 ささ身とトマトのトロトロ煮	5倍粥	かぼちゃ汁 ささ身とトマトのトロトロ煮
18	木	7倍粥	キャベツ汁 人参と豆腐のトロトロ煮	5倍粥	キャベツ汁 人参と豆腐のトロトロ煮
19	金	夏野菜煮込みそうめん 肉団子のトロトロ煮		夏野菜煮込みそうめん 肉団子のトロトロ煮	
20	土	にんじんパン粥 レタスと豆腐のトロトロ煮		にんじんパン粥 レタスと豆腐のトロトロ煮	
21	日				
22	月	7倍粥	ほうれん草汁 トマトとささ身のトロトロ煮	5倍粥	ほうれん草汁 トマトとささ身のトロトロ煮
23	火	7倍粥	じゃが芋汁 ブロッコリーとカジキのトロトロ煮	5倍粥	じゃが芋汁 ブロッコリーとカジキのトロトロ煮
24	水	7倍粥	なす汁 小松菜と豆腐のトロトロ煮	5倍粥	なす汁 小松菜と豆腐のトロトロ煮
25	木	7倍粥	いんげん汁 さつまい芋と納豆のトロトロ煮	5倍粥	いんげん汁 さつまい芋と納豆のトロトロ煮
26	金	7倍粥	玉ねぎ汁 レバーととうもろこしのトロトロ煮	5倍粥	玉ねぎ汁 レバーととうもろこしのトロトロ煮
27	土	かぼちゃパン粥 キャベツと鮭のトロトロ煮		かぼちゃパン粥 キャベツと鮭のトロトロ煮	
28	日				
29	月	7倍粥	白菜汁 きゅうりとひき肉のトロトロ煮	5倍粥	白菜汁 きゅうりとひき肉のトロトロ煮
30	火	7倍粥	じゃが芋汁 かぼちゃとカジキのトロトロ煮	5倍粥	じゃが芋汁 かぼちゃとカジキのトロトロ煮
31	水	7倍粥	小松菜汁 キャベツと豆腐のトロトロ煮	5倍粥	小松菜汁 キャベツと豆腐のトロトロ煮
ごはんから作る		7倍粥	ごはん 1 : 水 3	5倍粥	ごはん 1 : 水 2
米から作る			米 1 : 水 7		米 1 : 水 5