



令和6年7月分保育所給食予定表

日 曜	献立名	おやつ	材料名			栄養価 (3歳以上児)
			午前(未満児)	午後(全員)	熱や力になるもの 血や肉や骨になるもの 体の調子を整えるもの	
1 月	ご飯 肉じゃが きゅうりのごま酢和え みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／じや がいも／しらたき／米 サラダ油／三温糖／ご ま／ごま油／食パン／ バター／グラニュー糖	豚肉／豆腐／みそ／牛 乳	にんじん／玉ねぎ／さ やいんげん／きゅうり ／こまつな	エネルギー - 561 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 17.4 g 食塩相当量 2.3 g
		牛乳 シェガートースト				
2 火	ご飯 鶏肉の照り焼き 野菜とハムの和え物 みそ汁	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／三温 糖／ごま／薄力粉／バ ター／米白絞油	鶏肉／ハム／油揚げ／ みそ／牛乳／たまご	しょうが／にんじん／ もやし／きゅうり／玉 ねぎ／えのきたけ／レ モン	エネルギー - 633 kcal たんぱく質 27.0 g 脂 質 25.5 g 食塩相当量 1.7 g
		牛乳 シェンケリー				
3 水	ロールパン ハンバーグ フレンチサラダ コーンポタージュ	牛乳 クラッカー	ロールパン／パン粉／ 米サラダ油／三温糖／ バター／薄力粉／精白 米／強化米	豚肉／牛乳／たまご／ ベーコン／クリーム／ わかめ	玉ねぎ／キャベツ／ きゅうり／にんじん／ クリームコーン／パセ リ	エネルギー - 611 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 24.1 g 食塩相当量 2.2 g
		麦茶 おにぎり				
4 木	ご飯 きすのフリッター お浸し 田舎汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／薄力 粉／米白絞油／マカロ ニ／三温糖	きす／牛乳／粉チーズ ／かつお節／豆腐／み そ／きな粉	バセリ／ほうれんそう ／キャベツ／にんじん ／ごぼう／かぼちゃ／ ねぎ	エネルギー - 555 kcal たんぱく質 26.8 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 1.4 g
		牛乳 マカロニ安倍川				
5 金	ご飯 さけのねぎみそ焼き カラフル野菜のマヨ和え 七夕そうめん汁	牛乳 かぼちゃポーロ	精白米／強化米／三温 糖／じやがいも／米サ ラダ油／マヨネーズ／ そうめん／七夕ゼリー ／お菓子	さけ／みそ／ツナ缶 ／牛乳	ねぎ／きゅうり／コー ン缶／ピーマン／にん じん	エネルギー - 540 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 14.3 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳 七夕ゼリー お菓子				
6 土	チキンライス オニオンスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	精白米／強化米／バ ター／じやがいも／米 サラダ油／焼きふ／食 パン／ジャム	鶏肉／牛乳	精白米／強化米／バ ター／薄力粉／米白絞油 ／マカロニ／三温糖	エネルギー - 588 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 13.7 g 食塩相当量 2.0 g
		麦茶 ジャムパン				
8 月	ご飯 煮魚 白和え みそ汁	牛乳 きなこせんべい	精白米／強化米／三温 糖／こんにゃく／ごま ／フライドポテト／米 白絞油	ぶり／豆腐／油揚げ／ みそ／牛乳	しょうが／ほうれんそ う／にんじん／玉ねぎ ／キャベツ	エネルギー - 637 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 28.2 g 食塩相当量 1.9 g
		牛乳 フライドポテト				
9 火	麦ご飯 ポークカレー 小松菜のサラダ パイント缶	牛乳 ビスケット	精白米／押麦／じや がいも／米サラダ油／マ ヨネーズ／お菓子	豚肉／ベーコン／牛乳	精白米／強化米／三温 糖／じやがいも／米サ ラダ油／マヨネーズ／ お菓子	エネルギー - 656 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 19.6 g 食塩相当量 1.9 g
		牛乳 とうもろこし お菓子				
10 水	食パン ジャム チキンカツ 春雨サラダ キャベツスープ	牛乳 ウエハース	食パン／ジャム／薄力 粉／パン粉／米白絞油 ／はるさめ／ごま油／ 三温糖／マスカットゼ リー	鶏肉／たまご／ツナ缶 ／牛乳	食パン／ジャム／薄力 粉／パン粉／米白絞油 ／はるさめ／ごま油／ 三温糖／マスカットゼ リー	エネルギー - 623 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 22.2 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳 フルーツミックス				
11 木	ご飯 魚の香味焼き 三色和え 豚汁	牛乳 あられ	精白米／押麦／じや がいも／米サラダ油／マ ヨネーズ／お菓子	豚肉／ベーコン／牛乳	にんじん／玉ねぎ／グ リンピース／こまつな ／もやし／パイント缶／ とうもろこし	エネルギー - 609 kcal たんぱく質 29.8 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 2.1 g
		牛乳 ベーコンチーズパン				
12 金	ご飯 肉団子のケチャップ煮 プロッコリーのサラダ ジュリアンスープ	牛乳 せんべい	精白米／強化米／パン 粉／米白絞油／三温糖 ／米サラダ油／お菓子	豚肉／たまご／ハム／ 牛乳／ヨーグルト	玉ねぎ／プロッコリー ／にんじん／かいわれ たいこん	エネルギー - 620 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 25.4 g 食塩相当量 1.9 g
		麦茶 ヨーグルト お菓子				
13 土	山路うどん バナナ 牛乳	麦茶 乳児用お菓子	うどん／米サラダ油／ 三温糖／コッペパン／ チョコレートクリーム	鶏肉／油揚げ／牛乳	うどん／米サラダ油／ 三温糖／コッペパン／ チョコレートクリーム	エネルギー - 515 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 13.2 g 食塩相当量 2.0 g
		麦茶 チョコサンド				
15 月	海 の 日					
16 火	ご飯 鶏肉の照り焼き 野菜とハムの和え物 みそ汁	牛乳 ビスケット	精白米／強化米／三温 糖／ごま／薄力粉／バ ター／米白絞油	鶏肉／ハム／油揚げ／ みそ／牛乳／たまご	しょうが／にんじん／ もやし／きゅうり／玉 ねぎ／えのきたけ／レ モン	エネルギー - 633 kcal たんぱく質 27.0 g 脂 質 25.5 g 食塩相当量 1.7 g
		牛乳 シェンケリー				
17 水	ロールパン ハンバーグ フレンチサラダ コーンポタージュ	牛乳 クラッcker	ロールパン／パン粉／ 米サラダ油／三温糖／ バター／薄力粉／精白 米／強化米	豚肉／牛乳／たまご／ ベーコン／クリーム／ わかめ	玉ねぎ／キャベツ／ きゅうり／にんじん／ クリームコーン／パセ リ	エネルギー - 611 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 24.1 g 食塩相当量 2.2 g
		麦茶 おにぎり				

日 曜	献立名	おやつ	材料名			栄養価 (3歳以上児)
			午前(未満児)	午後(全員)	熱や力になるもの 血や肉や骨になるもの 体の調子を整えるもの	
18 木	ご飯 きすのフリッター お浸し 田舎汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／薄力 粉／米白絞油／マカロ ニ／三温糖	さけ／みそ／ツナ缶 ／牛乳	バセリ／ほうれんそう ／キヤベツ／にんじん ／ごぼう／かぼちゃ／ ねぎ	エネルギー - 555 kcal たんぱく質 26.8 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 1.4 g
		牛乳 マカロニ安倍川				
19 金	ご飯 さけのねぎみそ焼き カラフル野菜のマヨ和え そうめん汁	牛乳 かぼちゃポーロ	精白米／強化米／三温 糖／じやがいも／米サ ラダ油／マヨネーズ／ そうめん／ラフランス ゼリー／お菓子	さけ／みそ／ツナ缶 ／牛乳	ねぎ／きゅうり／コー ン缶／ピーマン／にん じん	エネルギー - 540 kcal たんぱく質 23.3 g 脂 質 14.3 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳 ラフランスゼリー お菓子				
20 土	チキンライス オニオンスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子	精白米／強化米／バ ター／じやがいも／米 サラダ油／焼きふ／食 パン／ジャム	鶏肉／牛乳	にんじん／ビーマン／ 玉ねぎ／マッシュルーム／ バセリ／バナナ	エネルギー - 588 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 13.7 g 食塩相当量 2.0 g
		麦茶 ジャムパン				
22 月	ご飯 煮魚 白和え みそ汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／三温 糖／こんにゃく／ごま ／フライドポテト／米 白絞油	ぶり／豆腐／油揚げ／ みそ／牛乳	しょうが／ほうれんそ う／にんじん／玉ねぎ ／キャベツ	エネルギー - 637 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 28.2 g 食塩相当量 1.9 g
		牛乳 フライドポテト				
23 火	麦ご飯 ポークカレー 小松菜のサラダ パイント缶	牛乳 ビスケット	精白米／押麦／じや がいも／米サラダ油／マ ヨネーズ／お菓子	豚肉／ベーコン／牛乳	にんじん／玉ねぎ／グ リンピース／こまつな ／もやし／パイント缶／ とうもろこし	エネルギー - 656 kcal たんぱく質 22.7 g 脂 質 19.6 g 食塩相当量 1.9 g
		牛乳 とうもろこし お菓子				
24 水	食パン ジャム チキンカツ 春雨サラダ キャベツスープ	牛乳 ウエハース	食パン／ジャム／薄力 粉／パン粉／米白絞油 ／はるさめ／ごま油／ 三温糖／マスカットゼ リー	鶏肉／たまご／ツナ缶 ／牛乳	きゅうり／コーン缶／ キャベツ／にんじん／ 玉ねぎ／みかん缶／バ イン缶／もも缶	エネルギー - 623 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 22.2 g 食塩相当量 2.2 g
		牛乳 フルーツミックス				
25 木	ご飯 魚の香味焼き 三色和え 豚汁	牛乳 あられ	精白米／強化米／米サ ラダ油／三温糖／じや がいも／強力粉／オ リーブ油	牛乳 ベーコンチーズパン	かじき／かつお節／豆 腐／豚肉／みそ／牛乳 ／ベーコン／チーズ	エネルギー - 609 kcal たんぱく質 29.8 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 2.1 g
		牛乳 ベーコンチーズパン				
26 金	ご飯 肉団子のケチャップ煮 プロッコリーのサラダ ジュリアンスープ	牛乳 せんべい	精白米／強化米／パン 粉／米白絞油／三温糖 ／米サラダ油／お菓子	豚肉／たまご／ハム／ 牛乳／アイスクリーム	玉ねぎ／プロッコリー ／にんじん／かいわれ たいこん	エネルギー - 620 kcal たんぱく質 21.0 g 脂 質 25.4 g 食塩相当量 1.9 g
		麦茶 アイスクリーム お菓子				
27 土	山路うどん バナナ 牛乳	麦茶 乳児用お菓子	うどん／米サラダ油／ 三温糖／コッペパン／ チョコレートクリーム	鶏肉／油揚げ／牛乳	しめじ／にんじん／こ まつな／バナナ	エネルギー - 515 kcal たんぱく質 22.4 g 脂 質 13.2 g 食塩相当量 2.0 g
		麦茶 チョコサンド				
29 月	ご飯 さわらのみそマヨネーズ焼き 野菜のごま和え 吉野汁	牛乳 せんべい	精白米／強化米／マヨ ネーズ／ごま／三温糖 ／じやがいも／かたく り粉／食パン／バター／ グラニュー糖	さわら／みそ／ひじき ／牛乳	玉ねぎ／もやし／にん じん／きゅうり／だ	