



2025年度7月 献立予定表



ニチイキッズあいずみさかふじ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 15 (火)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 さばの竜田揚げ かぼちゃサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/さば、おろししょうが、しょうゆ、みりん、片栗粉、油、清酒/かつおだし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、油揚げ、みそ/かぼちゃ、きゅうり、にんじん、いんげん、ノンエッグマヨネーズ、砂糖/バナナ/牛乳/無塩バター、小麦粉、ベーキングパウダー、ココア(ビュアココア)、砂糖、牛乳	牛乳	558(493) kcal
			クラッカー	20.1(18.6) g
			牛乳 ココアスコーン	18.8(18.2) g
2 (水)	ご飯 キャベツスープ 鶏のごま唐揚げ ポテトサラダ オレンジ(2日)/バナナ(31日)	牛乳/お子様せんべい/米、カルシウムふりかけ ゆかり/水、鶏がらスープの素、キャベツ、トマト、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース/油、鶏もも肉、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、みりん、すりごま、片栗粉/じゃがいも、にんじん、きゅうり、しょうゆ、ノンエッグマヨネーズ、かつお節/すいか/牛乳/食パン、卵、牛乳、砂糖	牛乳	535(467) kcal
			おせんべい	23.3(20.0) g
			牛乳 フレンチトースト	14.8(14.3) g
16 30 (水)	ご飯 わかめのおみそ汁 豚肉の照り焼き フロッコリーのマヨネーズ和え オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、カットわかめ、もやし、えのきたけ、みそ/豚肉(もも)、たまねぎ、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、みりん、清酒/フロッコリー、にんじん、コーン(冷凍)、ノンエッグマヨネーズ、食塩/オレンジ/牛乳/食パン、ツナ水煮缶、ノンエッグマヨネーズ、きゅうり	牛乳	465(417) kcal
			ウエハース	22.6(19.9) g
			牛乳 サンドウィッチ	11.9(13.0) g
3 17 (木)	ご飯 トマトスープ さけのオーロラソース 切干し大根のカレー炒め バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、トマト、たまねぎ、オクラ、砂糖、しょうゆ、食塩/さけ、食塩、米粉、ノンエッグマヨネーズ、ケチャップ、パセリ粉/油、豚ひき肉、にんじん、切り干しだいこん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ、カレー粉、食塩/バナナ/牛乳/米、チーズ、かつお節、しょうゆ	牛乳	524(461) kcal
			おせんべい	22.8(21.0) g
			牛乳 チーズおかかおにぎり	11.0(11.2) g
4 18 (金)	ご飯 なすのおみそ汁 かれの磯辺焼き こまつなのフレンチ和え オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、なす、たまねぎ、油揚げ、みそ/かれない、しょうゆ、みりん、米粉、片栗粉、あおのり、水、油/こまつな、きゅうり、コーン(冷凍)、油、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉/はるさめ、鶏ささ身、にんじん、きゅうり、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、ごま、鶏がらスープの素/バナナ/牛乳/干しとうもろこし、きゅうり、コーン(冷凍)、しょうゆ、本みりん、砂糖、かつお・昆布だし汁、鶏がらスープの素	牛乳	494(439) kcal
			クラッカー	19.6(18.4) g
			牛乳 かぼちゃケーキ	14.5(14.4) g
5 19 (土)	高野豆腐のそぼろ丼 こまつなのおみそ汁 さつま芋のオープン焼き バナナ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、しょうが、豚ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ/かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、みそ/さつま芋、米粉、食塩、油/バナナ/牛乳/小麦粉、砂糖、油、食塩	牛乳	557(502) kcal
			ウエハース	16.5(15.8) g
			牛乳 ちんすこう	17.4(18.1) g
7 (月)	ご飯 じゃがいものスープ 鶏つくねのあんかけ はるさめサラダ バナナ	牛乳/クラッカー/米/かつお・昆布だし汁、じゃがいも、たまねぎ、フロッコリー、しょうゆ、食塩、鶏がらスープの素/鶏ひき肉、木綿豆腐、片栗粉、食塩、清酒、おろししょうが、油、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉/はるさめ、鶏ささ身、にんじん、きゅうり、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油、ごま、鶏がらスープの素/バナナ/牛乳/干しとうもろこし、きゅうり、コーン(冷凍)、しょうゆ、本みりん、砂糖、かつお・昆布だし汁、鶏がらスープの素	牛乳	552(482) kcal
			クラッカー	22.9(20.5) g
			牛乳 そうめん	13.2(13.2) g
8 22 (火)	ご飯 いんげんのおみそ汁 ポークチャップ コールスローサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、木綿豆腐、いんげん、ねぎ、みそ/豚肉(もも)、片栗粉、油、水、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、ケチャップ、ウスターソース/しらす干し、キャベツ、きゅうり、にんじん、油、砂糖、食塩、酢/オレンジ/牛乳/油、砂糖、バナナ、小麦粉、ベーキングパウダー	牛乳	537(486) kcal
			ウエハース	21.1(19.3) g
			牛乳 バナナソフトクッキー	17.4(18.9) g
9 23 (水)	ご飯 ジュリエンスープ さけのカレーマヨ焼き 野菜ソテー バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつお・昆布だし汁、鶏がらスープの素、キャベツ、たまねぎ、コーン(冷凍)、食塩/さけ、食塩、片栗粉、ノンエッグマヨネーズ、カレー粉/油、おろしにんにく、なす、フロッコリー、にんじん、食塩/バナナ/牛乳、/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	463(412) kcal
			おせんべい	21.5(19.9) g
			牛乳 マカロニきな粉	9.5(10.0) g
10 24 (木)	鶏そぼろご飯 もやしのおみそ汁 じゃがいものオープン焼き オレンジ	牛乳/クラッカー/米、油、鶏ひき肉、たまねぎ、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、えだまめ/かつおだし汁、もやし、にんじん、カットわかめ、みそ/じゃがいも、いんげん、米粉、食塩、あおのり、油/オレンジ/牛乳/たまねぎ、しらす干し、絹ごし豆腐、米粉、片栗粉、豆乳、油、しょうゆ、ごま油、ごま、	牛乳	499(443) kcal
			クラッカー	19.7(18.3) g
			牛乳 チヂミ	15.0(14.9) g
25 (金)	チキンライス チンゲンサイのスープ 味噌ドレッシングサラダ バナナ	牛乳/ビスケット/米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、鶏がらスープの素、食塩、砂糖、コーン(冷凍)、油、酒/水、鶏がらスープの素、チンゲンサイ、にんじん、しょうゆ/キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢、みそ/バナナ/牛乳/卵、砂糖、油、小麦粉、ベーキングパウダー、油	牛乳	517(454) kcal
			ビスケット	13.3(12.7) g
			牛乳 ドーナツ	17.6(16.8) g
11 (金)	夏野菜カレー 豆腐のおみそ汁 福神漬 バナナ	牛乳/ビスケット/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、かぼちゃ、なす、かつお・昆布だし汁、ホールトマト缶詰、りんご、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水/かつお・昆布だし汁、木綿豆腐、カットわかめ、みそ/きゅうり、だいこん、にんじん、おろししょうが、水、砂糖、酢、しょうゆ、みりん/バナナ/牛乳/ソフトせんべい塩味、/りんご濃縮果汁、かんてん(粉)、砂糖	牛乳	541(479) kcal
			ビスケット	18.5(17.2) g
			牛乳 りんごゼリー・おせんべい	15.8(15.7) g
12 26 (土)	ご飯 さつま芋のおみそ汁 さわらの塩焼き ピーマンのツナ和え バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、さつま芋、たまねぎ、ごぼう、みそ/さわら、食塩/ツナ水煮缶、ピーマン、にんじん、オクラ、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/バナナ/牛乳/米、塩こんぶ	牛乳	540(465) kcal
			おせんべい	20.9(18.9) g
			牛乳 昆布おにぎり	13.0(13.0) g
14 28 (月)	ご飯 フロッコリーの豆乳汁 鶏肉のマーマレード焼き 和風コロコロサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、たまねぎ、フロッコリー、コーン(冷凍)、みそ、すりごま、豆乳/鶏もも肉、マーマレード、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ/じゃがいも、きゅうり、にんじん、あおのり、しょうゆ、食塩/オレンジ/牛乳/マカロニ・スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、水、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉	牛乳	493(443) kcal
			ウエハース	23.9(21.5) g
			牛乳 ミートスパゲティ	11.1(12.5) g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。

献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。



7月平均栄養量
519(460) kcal
20.7(18.9) g
14.3(14.6) g