2025年度7月 献立予定表

ニチイキッズかなめ保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
1 15 29 （火）	さけの混ぜ寿司 チンゲンサイのおみそ汁 かぼちゃのそぼろあんかけ バナナ	牛乳／クラッカー／米、こんぶ（だし用）、酢、砂糖、食塩、さけ、コーン（冷凍）、えだまめ、ごま／かつおだし汁、チンゲンサイ、にんじん、油揚げ、みそ／油、鶏ひき肉、かぼちゃ、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、いんげん、片栗粉、水／バナナ／牛乳／おから、米粉、粉チーズ、牛乳、砂糖、食塩	牛乳 クラッカー 牛乳 ポンデケージョ	469 kcal 20.9 g 12.9 g
2 16 30 （水）	ご飯 わかめのおみそ汁 酢豚 ブロッコリーのだし煮 ゴールデンキウイ	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／油、豚肉(肩ロース)、おろししょうが、しょうゆ、たまねぎ、かぼちゃ、なす、鶏がらスープの素、水、砂糖、しょうゆ、食塩、酢、みりん、ケチャップ、ピーマン、片栗粉、水／ブロッコリー、かつおだし汁、食塩／ゴールデンキウイ／牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、水、干しぶどう	牛乳 ウエハース 牛乳 レーズンスティック	435 kcal 15.0 g 15.7 g
3 17 31 （木）	ご飯 トマトスープ さけのオーロラソース こまつなのフレンチ和え 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／こまつな、きゅうり、コーン（冷凍）、油、砂糖、酢、食塩、ノンエッグマヨネーズ／バナナ／牛乳／米、チーズ、かつお節、しょうゆ	牛乳 おせんべい 牛乳 チーズおかかおにぎり	447 kcal 20.0 g 10.4 g
4 18 （金）	ご飯 なすのおみそ汁 かれいの磯辺焼き 切干し大根のカレー炒め 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／かれい、しょうゆ、みりん、米粉、片栗粉、あおのり、水、油／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／オレンジ／牛乳／かぼちゃ、干しぶどう、きな粉、砂糖	牛乳 クラッカー 牛乳 かぼちゃだんご	412 kcal 19.5 g 11.1 g
5 19 （土）	高野豆腐のそぼろ丼 こまつなのおみそ汁 さつま芋のレモン煮 ゴールデンキウイ	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／さつまいも、水、砂糖、レモン果汁／ゴールデンキウイ／牛乳／おから、牛乳、片栗粉、しょうゆ、油、水、砂糖	牛乳 ウエハース 牛乳 もちもちおから	461 kcal 15.5 g 13.9 g
7 21 （月）	ゆかりご飯 キャベツスープ 鶏のごま唐揚げ 短冊サラダ すいか	牛乳／おせんべい／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／ごま油、ツナ水煮缶、たまねぎ、キャベツ、にんじん、干しそうめん、油、しょうゆ、オクラ	牛乳 おせんべい 牛乳 そうめんチャンプル	420 kcal 19.0 g 13.8 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／きな粉、砂糖、水、豆乳、かんてん（粉）、米粉、黒砂糖、水／お子様せんべい	牛乳 ウエハース 牛乳 きな粉よせ黒みつかけ	451 kcal 20.1 g 14.8 g
9 23 （水）	ご飯 ポタージュ さけのカレーマヨ焼き 野菜ソテー ゴールデンキウイ	牛乳／お子様せんべい／米／たまねぎ、にんじん、食塩、かつお・昆布だし汁、豆乳、片栗粉、水／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、ブロッコリー、食塩／ゴールデンキウイ／牛乳／油、砂糖、バナナ、小麦粉、ベーキングパウダー	牛乳 おせんべい 牛乳 バナナソフトクッキー	464 kcal 20.3 g 15.2 g
10 24 （木）	鶏そぼろご飯 もやしのおみそ汁 じゃがいものオーブン焼き 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 クラッカー 牛乳 チヂミ	443 kcal 18.3 g 14.9 g
11 25 （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／麦茶（浸出液）／牛乳、砂糖、かんてん（粉）、ヨーグルト(無糖)、もも缶（黄桃）／ソフトせんべい塩味	牛乳 ビスケット 麦茶 ヨーグルト寒天・おせんべい	430 kcal 15.6 g 11.2 g
12 26 （土）	ご飯 さつまいものおみそ汁 かれいのレモン揚げ ピーマンのツナ和え オレンジ	牛乳／お子様せんべい／米／かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、ごぼう、みそ／油、かれい、片栗粉、レモン果汁、砂糖、しょうゆ／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／オレンジ／牛乳／米、こんぶ（だし用）、しょうゆ、油、鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、しょうゆ、砂糖、みりん	牛乳 おせんべい 牛乳 鶏ごぼうおにぎり	467 kcal 20.3 g 10.9 g
14 28 （月）	ご飯 ブ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、ブロッコリー、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 ウエハース 牛乳 ミートスパゲティー	443 kcal 21.5 g 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	
445	kcal
18.8	g
13.1	g