



2025年度7月 献立予定表（完了食）



ニチキッズ〇〇〇〇

日付	献立名	材料名	午前おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質
			午後おやつ	
1 15 29 (火)	さけの混ぜ寿司 チンゲンサイのおみそ汁 とうがんのそぼろあんかけ 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、とうがん、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 ボンデケーショ	459 kcal 20.7 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 グレープフルーツ	牛乳／カルデツウエハース／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／グレープフルーツ／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	426 kcal 14.9 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 グレープフルーツ	牛乳／カルデツウエハース／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／グレープフルーツ／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	452 kcal 15.4 g 13.8 g
7 (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／クラッカー／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 クラッカー 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 ボークチャップ コールスローサラダ オレンジ	牛乳／カルデツウエハース／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)	トマトライス ポタージュ さけのカレーマヨ焼き 野菜ソテー グレープフルーツ	牛乳／お子様せんべい／米、トマト、こんぶ（だし用）、コーン（冷凍）、食塩／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／グレープフルーツ／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	463 kcal 20.5 g 15.3 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 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／カルデツウエハース／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。

◎完了期食は未食の食材は給食で提供しません。

食品確認票と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上
喫食しましたらお知らせ下さい。

◎しらす干しは、えびやかに類が混ざる漁法で漁獲されたものを使用する場合がございます。



7月平均栄養量	
442 kcal	
18.6 g	
13.3 g	