



2025年度7月 献立予定表



ニチエキッズ高松天神前保育園

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 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 ボンデケーショ	482 kcal 21.1 g 13.7 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、にんじん、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	443 kcal 15.0 g 17.3 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 かれないの磯辺焼き 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／かれない、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／さつま芋、水、砂糖、レモン果汁／グレープフルーツ／牛乳／卵、砂糖、牛乳、油、小麦粉、ベーキングパウダー、おから	牛乳 ウエハース 牛乳 おからドーナツ	507 kcal 16.7 g 19.2 g
7 (月)	ゆかりご飯 キャベツスープ 鶏のごま唐揚げ 短期サラダ バナナ	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／バナナ／牛乳／干しとうもろ、きゅうり、にんじん、オクラ、ミニトマト、コーン、かつおだし汁、しょうゆ、みりん	牛乳 クラッカー 牛乳 七タそうめん	436 kcal 18.4 g 12.5 g
8 22 (火)	ご飯 いんげんのおみそ汁 ボークチャップ 小松菜入りコーンスローサラダ オレンジ	牛乳／カルデツウエハース／米／かつおだし汁、かぼちゃ、いんげん、ねぎ、油揚げ、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、小松菜、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	458 kcal 19.8 g 14.6 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、さつま芋、食塩／グレープフルーツ／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	517 kcal 22.8 g 13.7 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、コーン／かつおだし汁、もやし、にんじん、こまつな、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、にら	牛乳 クラッカー 牛乳 チヂミ	455 kcal 18.6 g 15.8 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、ほうれん草、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（濃出液）／牛乳、砂糖、かんてん（粉）、ヨーグルト（無糖）、もも缶（黄桃）、みかん缶／鉄ウエハース	牛乳 ビスケット 麦茶 フルーツボンチヨーグルト寒天 鉄ウエハース	479 kcal 16.5 g 11.6 g
12 26 (土)	ご飯 さつま芋のおみそ汁 かれないのレモン揚げ 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、さつま芋、たまねぎ、ごぼう、みそ／油、かれない、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／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	441 kcal 18.2 g 12.8 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、しらす干し、あおのり、しょうゆ、マヨネーズ、食塩／オレンジ／牛乳／スバゲティ、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、ホールトマト缶、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉	牛乳 ウエハース 牛乳 ミートスバゲティ	450 kcal 22.4 g 12.8 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
				461 kcal 19.1 g 13.9 g

