

2025年07月

予 定 献 立 表

新町こども園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	火	御飯 さけの塩焼き ほうれんそうの納豆和え 豚汁 メロン	★パウンドケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 無塩バター、砂糖	牛乳、さけ、挽きわり 納豆、卵、木綿豆腐、 豚肉(ばら)、米みそ (淡色辛みそ)、かつ お節	メロン(緑肉)、キャベツ、 ほうれんそう、にんじん、 ねぎ	FeCaウエハース
2	水	ロールパン ミートボール パスタサラダ ほうれん草シチュー グレープフルーツ	★鮭おにぎり 牛乳	じゃがいも、ロールパ ン、米、マヨネーズ、 マカロニ・スパゲティ、 油、砂糖	牛乳、鶏もも肉、さけ、 ハム	グレープフルーツ、たま ねぎ、にんじん、ほうれ んそう(冷凍)、きゅうり、キャ ベツ、ごま	バナナ
3	木	サラダうどん 粉ふき芋 バナナ	★クッキー 牛乳	ゆでうどん、じゃがい も、小麦粉、バター、 砂糖	牛乳、豚肉(ロース)、 かにかまぼこ	バナナ、トマト、きゅうり、 レタス、あおのり	Caチーズせんべい
4	金	ハヤシライス かぼちゃサラダ オレンジ	★ごままんじゅう	七分つき米、ゆでう どん、じゃがいも、マヨ ネーズ、押麦	豚肉(ばら)、豚肉(ロー ス)、ハム	たまねぎ、オレンジ、きゅ うり、かぼちゃ、にんじん、 マッシュルーム、トマト、 キャベツ、コーン(冷凍)、 コーン缶	ビスケット
5	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
6	日						
7	月	七夕ハンバーグ ポテトサラダ 豆腐と麩のみそ汁 すいか	★七夕ゼリー	じゃがいも、焼ふ、マ ヨネーズ	カルビス、ハム、米み そ(淡色辛みそ)、ゼ ラチン	すいか、きゅうり、オレンジ 濃縮果汁、コーン(冷 凍)、ねぎ、にんじん、 コーン缶、カットわかめ	牛乳
8	火	焼肉丼 コールスローサラダ なめこみそ汁 バナナ	パン 牛乳	米、マヨネーズ、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、木 綿豆腐、豚肉(ロー ス)、ハム、米みそ(淡 色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、キャ ベツ、にんじん、ねぎ、な めこ、コーン(冷凍)、に ら、しょうが、にんにく	ビスケット
9	水	御飯 松風焼き マカロニサラダ 大根のみそ汁 オレンジ	★バナナホットケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 マカロニ・スパゲティ、 片栗粉、マヨネーズ	牛乳、木綿豆腐、鶏 ひき肉、ゆで大豆、米 みそ(淡色辛みそ)、 油揚げ	オレンジ、だいこん、にん じん、たまねぎ、きゅうり、 キャベツ、ねぎ、ごま、あ おのり	野菜ジュース
10	木	味噌ラーメン きゅうりのピクルス グレープフルーツ	アイス おやつ小魚(以)	中華めん 冷凍、砂 糖	豚肉(肩ロース)、おや つ小魚、なると	グレープフルーツ、キャ ベツ、もやし、きゅうり、に んじん、コーン缶、にら、 赤ピーマン	ヨーグルト
11	金	御飯 油淋鶏 小松菜とコーンのゴママヨ バナナ	★ももサンド 牛乳	米、サンドイッチパ ン、マヨネーズ、砂 糖、マカロニ・スパゲ ティ、片栗粉、油、ご ま油	牛乳、鶏もも肉(皮付 き)、生クリーム、ちく わ、ベーコン、淡色み そ	バナナ、こまつな、もも缶 (白桃)、キャベツ、たま ねぎ、コーン缶、ねぎ、に んじん、すりごま	チーズ
12	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
13	日						
14	月	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 中華きゅうり チンゲンサイみそ汁 ゼリー	せんべい ジュース	米、砂糖、ごま油	生揚げ、豚肉(ばら)、 米みそ(淡色辛みそ)	りんご天然果汁、たまね ぎ、きゅうり、キャベツ、チ ンゲンサイ、にんじん、 ピーマン、たけのこ(ゆ で)、ごま、しょうが、カット	飲むヨーグルト
15	火	親子丼 コロコロサラダ キャベツのみそ汁 メロン	★フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、砂 糖、マヨネーズ	鶏もも肉(皮付き)、 ヨーグルト(無糖)、卵、 魚肉ソーセージ、なると、 チーズ、米みそ (淡色辛みそ)、油揚	たまねぎ、メロン(緑肉)、 キャベツ、にんじん、きゅ うり、もも缶(白桃)、みか ん缶、バナナ、パイナップ ル、しいたけ、いちごジャム	FeCaウエハース
16	水	ナン キーマカレー チロリアンサラダ かき玉汁 ブチダン	★おたのしみ 牛乳	ナン、小麦粉、マカロ ニ・スパゲティ、砂糖、 バター、油、マヨネー ズ、片栗粉	牛乳、ヨーグルト(加 糖)、豚ひき肉、卵、 チーズ、ハム、脱脂粉 乳	牛乳、きゅうり、しめじ、ほ うれんそう(冷凍)、ピーマ ン、ねぎ、干しぶどう、に んにく、しょうが	Caチーズせんべい

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17	木	御飯 さばのみそ煮 ほうれん草のごま和え キャベツのすまし汁 オレンジ	★野菜ポッキー 牛乳	米、小麦粉、片栗粉、 砂糖、油	牛乳、さば、粉チー ズ、米みそ(淡色辛み そ)、米みそ(甘みそ)	オレンジ、ほうれんそう、 キャベツ、にんじん、ね ぎ、えのきたけ、すりご ま、バセリ、しょうが	おやつ小魚
18	金	ミートソーススパゲティ 蒸し鶏のごまだれ 豆腐と青菜の中華とろみ煮 鉄チーズ	アイス かむかむ昆布(以)	マカロニ・スパゲティ、 ごまだレッシング、片 栗粉、油、ごま油	木綿豆腐、鶏むね肉 (皮付)、鶏ひき肉、 チーズ、粉チーズ	カットマト缶詰、たまね ぎ、にんじん、きゅうり、ほ うれんそう、大豆もやし	バナナ
19	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
20	日						
21	月	海の日					
22	火	ブルコギ丼 もやしのナムル 中華スープ 鉄チーズ	パン 牛乳	米、ごま油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)	たまねぎ、もやし、ほうれ んそう、にんじん、だいこ ん、しめじ、えのきたけ、 赤ピーマン、にら、コーン 缶、ごま、カットわかめ	FeCaウエハース
23	水	御飯 かじきの煮つけ ささみの梅サラダ 手作りふりかけ 豆腐なめこみそ汁 オレンジ	★きなこ揚げパン 牛乳	米、ロールパン、砂 糖、油、ごま油	牛乳、かじき、木綿豆 腐、鶏ささ身、しらす 干し、きな粉、米みそ (淡色辛みそ)、かつ お節	オレンジ、もやし、きゅう り、なめこ、こまつな、うめ 干し、カットわかめ、しょう が	チーズ
24	木	きつねうどん さつま芋の天ぷら ちくわ磯辺揚げ バナナ	★メロンパン 牛乳	ゆでうどん、さつまい も、食パン、小麦粉、 砂糖、マーガリン、 油、グラニュー糖	牛乳、ちくわ、油揚 げ、卵	バナナ、たまねぎ、ねぎ、 にんじん、あおのり	ヨーグルト
25	金	御飯 大根そぼろ煮 キャベツのツナマヨあえ 豆腐のスープ グレープフルーツ	★粉ふき芋 牛乳	米、じゃがいも、マヨ ネーズ、片栗粉、砂 糖、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、さつま揚げ、 ツナ油漬缶、淡色み そ	グレープフルーツ、だい こん、キャベツ、きゅうり、 ツナ油漬缶、ほうれんそう、 あおのり	野菜ジュース
26	土	パン 牛乳 バナナ		ロールパン	牛乳	バナナ	
27	日						
28	月	御飯 タンドリーチキン ピーマンとウインナーのソテー バナナ	★チョコまん 牛乳	米、ホットケーキ粉、 片栗粉、砂糖	牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、ウインナーソー セージ、米みそ(淡色 辛みそ)、油揚げ	バナナ、たまねぎ、もや し、ピーマン、ねぎ、赤 ピーマン、黄ピーマン、レ モン果汁、カットわかめ、 にんにく	飲むヨーグルト
29	火	チキンバーガー ツナポテトサラダ ワントンスープ グレープフルーツ	プリン おやつ小魚(以)	ロールパン、じゃがい も、マヨネーズ、ワント ンの皮、ごま油	鶏もも肉、鶏ひき肉、 ツナ油漬缶、おやつ 小魚	グレープフルーツ、キャ ベツ、ねぎ、きゅうり、たま ねぎ、しいたけ、にんじ ん、にんにく、しょうが	バナナ
30	水	すき焼き丼 キャベツごま和え わかめスープ 鉄チーズ	せんべい ジュース	米、砂糖	焼き豆腐、豚肉(肩 ロース)、米みそ(甘み そ)	りんご天然果汁、キャベ ツ、たまねぎ、ねぎ、にん じん、コーン缶、ほうれん そう、えのきたけ、すりご ま、カットわかめ	Caチーズせんべい
31	木	夏野菜カレー ツナサラダ 福神漬 バナナ	アイス かむかむ昆布(以)	七分つき米、じゃがい も、マヨネーズ、押 麦、油	鶏もも肉(皮付き)、ツ ナ油漬缶、かまぼこ	バナナ、たまねぎ、レタ ス、きゅうり、にんじん、福 神漬、なす、ピーマン	おやつ小魚
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー たんぱく質 脂質 塩分		474 kcal			
				19.3 g			
				16.7 g			
				1.8 g			

○献立は仕入れの都合により変更することがあります
○土曜日のおやつは人数が確定してから決めます
○★印は手作りおやつです