令和7年度

予　定　献　立　表

明徳保育園　6/30配信

日付	曜日	乳児 朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	主な食品名 熱や力を出す (炭水化物・脂質)	肉や血を作る (たんぱく質)	体の調子を整える (ビタミン・無機質)
1	火	せんべい	冷やし中華 ちくわの磯辺揚げ かぼちゃの甘煮　　果物	シーフードパエリア 麦茶	中華麺　小麦粉 米油　ごま油 オリーブ油 米　ごま	ハム　ちくわ エビ　帆立	かぼちゃ　きゅうり　コーン わかめ　玉葱　トマト　海苔 ピーマン　果物
2	水	野菜バー	御飯　　けんちん汁 さばの味噌煮 ほうれん草の練りごま和え　果物	芋ようかん 麦茶	米　さつま芋 練りごま	さば　豆腐 味噌	ほうれん草　コーン　ごぼう 人参　大根　寒天　果物
3	木	クラッカー	夏野菜チキンカレー チーズ いもフライ　　果物	バナナスコーン 麦茶	米　じゃが芋 小麦粉　パン粉 バター　ルウ 米油	鶏肉　チーズ	かぼちゃ　ピーマン　トマト なす　玉葱　果物
4	金	ビスケット	人参御飯　　味噌汁 真珠蒸し 切干大根のサラダ　　果物	ツナコーントースト 牛乳	米　もち米 パン　さつま芋 片栗粉　ごま油	豚肉　ツナ 牛乳　豆乳マヨ 油揚げ　味噌	椎茸　大根　きゅうり　人参 玉葱　コーン　果物
5	土	野菜バー	豚肉の生姜焼き丼 味噌汁 切干大根の煮物　　果物	せんべい りんごジュース	米　ごま油 片栗粉	豚肉　豆腐 大豆　味噌	椎茸　大根　人参　パプリカ 玉葱　わかめ　果物
7	月	ビスケット	七夕彩りそうめん 鶏肉の唐揚げ さつま芋の甘煮　　果物	 七夕ゼリー お星さませんべい 麦茶	そうめん　米油 さつま芋 片栗粉	鶏肉　ゼラチン 豆腐	椎茸　かぼちゃ　オクラ 人参　果物
8	火	クラッカー	御飯　　味噌汁 豚肉のカレー焼き ブロッコリーの中華和え　　果物	手作りクッキー 牛乳	米　小麦粉 バター　ごま油 片栗粉	豚肉　牛乳 味噌	ブロッコリー　人参　コーン ピーマン　玉葱　かぶ　果物
9	水	野菜バー	ゆかり御飯　　味噌汁 銀だらの西京焼き 高野豆腐の煮物　　果物	インドサモサ バナナ 麦茶	米　米油 ワンタンの皮	銀だら　豚肉 高野豆腐 味噌	椎茸　人参　玉葱　いんげん キャベツ　なす　筍　果物
10	木	せんべい	ビビンバ丼 中華風コーンスープ コロコロポテトサラダ　　果物	アップルシナモン ベイクドケーキ 麦茶	米　じゃが芋 小麦粉　米油 ごま油　ごま	豚肉　牛乳 豆腐	ほうれん草　もやし　三つ葉 人参　きゅうり　玉葱　海苔 コーン　きくらげ　果物
11	金	ビスケット	紅芋ロール トマトとベーコンのコンソメスープ かぼちゃコロッケ ビーフンサラダ　　果物	ごんじゅう 麦茶	パン　ビーフン 小麦粉　パン粉 米　じゃが芋 米油　紅芋	鶏肉　ベーコン かつお節 油揚げ	かぼちゃ　トマト　きゅうり 玉葱　人参　海苔　果物
12	土	野菜バー	マーボー丼 わかめスープ かぼちゃサラダ　　果物	ヨーグルト せんべい 麦茶	米　片栗粉 米油	豚肉　豆腐 ヨーグルト 味噌	かぼちゃ　玉葱　人参　にら もやし　わかめ　葱　果物
14	月	ビスケット	とうもろこし御飯　　味噌汁 鮭の香り味噌焼き 肉じゃが　　果物	フルーツヨーグルト 麦茶	米　じゃが芋 ごま油　ごま 生クリーム	鮭　ヨーグルト 豚肉　油揚げ 味噌	人参　玉葱　白滝　いんげん もやし　若布　とうもろこし 果物
15	火	せんべい	インディアンミートソース ウインナーソテー パインサラダ　　果物	いももち 麦茶	スパゲティ じゃが芋　ルウ 片栗粉　バター オリーブ油 米油	豚肉 ウインナー	キャベツ　きゅうり　トマト 人参　玉葱　ピーマン　果物
16	水	野菜バー	御飯　　味噌汁 鶏肉のオイル焼き 刻み昆布の煮物　　果物	ソース焼きそば 麦茶	米　焼きそば麺 ごま油　米油 オリーブ油	鶏肉　豚肉 カキエキス 油揚げ　大豆 味噌	椎茸　昆布　人参　パプリカ こんにゃく　玉葱　キャベツ かぼちゃ　大根　もやし 果物
17	木	クラッカー	豚丼 味噌汁 トマトの中華風サラダ　　果物	甘食風ケーキ 牛乳	米　さつま芋 小麦粉　バター ごま油	豚肉　蜂蜜 牛乳　味噌	トマト　ブロッコリー　玉葱 きゅうり　コーン　えのき 白滝　果物
18	金	ビスケット	御飯　　味噌汁 ささみのネギソース オクラの納豆和え　　果物	きな粉クリーム サンド 麦茶	米　片栗粉 パン　米油	鶏肉　きな粉 納豆　厚揚げ 味噌	オクラ　ほうれん草　えのき 人参　葱　なす　若布　果物

日付	曜日	乳児 朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	主な食品名		
					熱や力を出す (炭水化物・脂質)	肉や血を作る (たんぱく質)	体の調子を整える (ビタミン・無機質)
19	土	野菜バー	ふりかけ御飯　味噌汁 春雨の炒め物 和風ツナサラダ　果物	バナナ せんべい 麦茶	米　ごま油 春雨　米油	豚肉　ツナ　鮭 豆腐　味噌	キャベツ　きゅうり　コーン 葱　パプリカ　玉葱　わかめ 果物
22	火	ビスケット	わかめ御飯　味噌汁 おろしそハンバーグ かぼちゃのごま味噌和え　果物	ナポリタン 麦茶	米　スパゲティ パン粉　ごま オリーブ油	豚肉　ベーコン 牛乳　味噌	かぼちゃ　大根　大葉　玉葱 キャベツ　わかめ　ピーマン 人参　トマト　果物
23	水	せんべい	御飯　味噌汁 豚肉のチンジャオロース風 さつま芋サラダ　果物	ブルーベリーと チーズの蒸しパン 牛乳	米　さつま芋 小麦粉　片栗粉 ごま油　米油	豚肉　チーズ 牛乳　油揚げ 豆腐　味噌	ピーマン　パプリカ　わかめ 筍　きゅうり　玉葱　果物
24	木	野菜バー	ごまだれ冷麦 ちくわのカレー揚げ オクラの梅肉和え　果物	とうもろこしと ベーコンのピラフ 麦茶	冷麦　練りごま 米　オリーブ油 小麦粉　米油 ごま	鶏肉　ちくわ ベーコン	椎茸　オクラ　えのき　人参 ほうれん草　きゅうり　玉葱 とうもろこし　梅　果物
25	金	クラッカー	ポケットパンとカレイのフライ かぼちゃポタージュ ラタトゥイユ　果物	味噌焼きおにぎり 麦茶	パン　小麦粉 米　オリーブ油 ルウ　パン粉 米油　ごま	カレイ　牛乳 味噌	人参　玉葱　なす　パプリカ ズッキーニ　トマト　セロリ かぼちゃ　海苔　果物
26	土	野菜バー	ふりかけ御飯　味噌汁 かみなり豆腐 中華風サラダ　果物	バナナ せんべい 麦茶	米　ごま油	豚肉　ツナ　鮭 豆腐　味噌	キャベツ　きゅうり　コーン ピーマン　かぼちゃ　わかめ 玉葱　果物
28	月	ビスケット	菜飯　味噌汁 いわしのかば焼き風 ブロッコリーのごま和え　果物	マッシュポテト トースト 麦茶	米　じゃが芋 パン　片栗粉 米油　ごま	いわし　油揚げ ベーコン　味噌 豆乳マヨ	ブロッコリー　コーン　人参 かぼちゃ　玉葱　果物
29	火	クラッカー	チャーシュー炒飯 中華スープ 春雨サラダ　果物	みかん入り牛乳寒天 せんべい	米　ごま油 春雨	焼豚　牛乳 練乳	椎茸　きゅうり　もやし　筍 人参　葱　若布　寒天　果物
30	水	野菜バー	ジャージャー麺 ポークビーンズ 甘酢和え　果物	黒ごまおはぎ 麦茶	うどん　もち米 米　ごま	豚肉　ベーコン 大豆　味噌	椎茸　人参　玉葱　きゅうり 筍　かぶ　トマト　果物
31	木	せんべい	御飯　味噌汁 鶏肉の韓国風焼き ほうれん草のおかか和え　果物	ココアドーナツ 麦茶	米　小麦粉 ごま油　ココア 米油　ごま	鶏肉　かつお節 牛乳　味噌	ほうれん草　コーン　わかめ 人参　かぶ　玉葱　パプリカ 葱　にら　果物

＊材料などの都合により、献立が変更になる場合があります。
変更があった場合、給食の展示スペースにてお知らせさせていただきます。
＊パンは卵不使用のものを提供しています。＊3時のおやつも基本的には手作りをしています。

≪　ひよこ・りす組　完了食　≫

1日(火)　冷やし中華　→　冷やしうどん
　　ちくわの磯辺揚げ　→　鶏肉の磯辺揚げ
3日(木)　チーズ　→　鶏肉の照り焼き
7日(月)　七夕彩りそうめん　→　七夕うどん
9日(水)　インドサモサ　→　おにぎり
15日(火)　ウインナーソテー　→　鶏肉の照り焼き
16日(水)　ソース焼きそば　→　おにぎり
23日(水)　さつま芋サラダ　→　さつま芋サラダ（りんご抜き）
24日(木)　ごまだれ冷麦　→　ごまだれうどん
　　ちくわのカレー揚げ　→　鶏肉のカレー揚げ
25日(金)　ポケットパン　→　ロールパン（うさぎ組まで）
28日(月)　いわしのかば焼き風
　　→　カレイのかば焼き風（うさぎ組まで）

7日　七夕ランチ

天の川に見立てたそうめんの上に
星型の人参やオクラ、錦糸卵風を飾ります。
みんなの願い事が叶いますように…