

2025年7月

献立表

衣笠愛児園

日付	献立	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) ()は乳児	材 料 名			午前間食 (乳児のみ)	午後間食	行事
			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			
01 火	バターロール ハンバーグきのこソース 茹でブロッコリー コンソメスープ、牛乳	642.0(546.1) 29.5(25.3) 26.5(23.2)	ロールパン、米、パン粉、 油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、鶏もも肉、 脱脂粉乳	玉ねぎ、ブロッコリー、人参、トマト・ ジュレ、しめじ、マッシュルーム、レモン 果汁、長ねぎ、しょうが	牛乳 赤ちゃんせんべい	カオマンガイ 麦茶	
02 水	スパゲッティイタリアン じゃがいものおかかバター コーンクリームスープ、すいか	711.3(574.5) 22.3(19.6) 30.8(25.3)	スパゲティ、じゃが芋、小 麦粉、砂糖、粉糖、油	牛乳、豚ひき肉、無塩バ ター、バター、かつお節	玉ねぎ、すいか、クリームコーン缶、 キャベツ、トマト・ジュレ、人参、ホル ムコーン缶、ピーマン	牛乳 赤ちゃんせんべい	スノーボールクッキー 牛乳	
03 木	ご飯、ささみのマリネ オクラのおかか和え 玉ねぎとなすの味噌汁	592.4(479.4) 29.8(24.4) 17.5(15.9)	米、食パン、砂糖、油、片栗 粉	牛乳、鶏ささみ、ツナ油漬 缶、米みそ、煮干し、かつお 節	玉ねぎ、オクラ、きゅうり、なす、 きゅうり、人参、赤ピーマン、黄ピーマ ン、カットわかめ	牛乳 赤ちゃんせんべい	ツナサンド、牛乳	
04 金	ご飯、カジキの地中海ソー ー、 冬瓜のくず煮 豆腐とモズクの清まし	483.1(405.9) 20.1(17.8) 9.1(10.2)	米、干しうどん、片栗粉、小 麦粉、砂糖、油	かじき、絹ごし豆腐、鶏ひき 肉、バター、牛乳	とうがん、きゅうり、トマト、もずく、人 参、オクラ、にんにく、しょうが	牛乳 赤ちゃんせんべい	冷やしトマトうどん 麦茶	
05 土	ハヤシライス、もやしスー プ ゼリー	388.0(273.8) 9.9(7.4) 9.4(6.6)	米、じゃが芋、油	豚肉	玉ねぎ、人参、もやし、マッ シュルーム、しめじ	麦茶 赤ちゃんせんべい	お菓子、麦茶	
07 月	七夕そうめん 南瓜の天ぷら、バナナ	535.5(438.1) 13.6(13.3) 15.3(13.8) 3.5(2.6)	干しそうめん、小麦粉、油、 砂糖	ツナ油漬缶、牛乳	かぼちゃ、バナナ、きゅうり、ホル ムコーン缶、人参、オクラ、カットわかめ	牛乳 赤ちゃんせんべい	キラキラゼリー 塩せんべい 麦茶	七夕
08 火	中華丼、春雨の酢の物 トロトロ汁、オレンジ	485.0(409.8) 15.4(14.5) 9.8(10.7)	米、干しうどん、春雨、天 かす、片栗粉、ごま油、砂糖	豚肉、なると、かにかまぼ こ、牛乳	白菜、玉ねぎ、オレンジ、もやし、 きゅうり、人参、オクラ、モロヘイ、チ ンゲンサイ、わかめ	牛乳 赤ちゃんせんべい	わかめうどん(冷) 麦茶	
09 水	黒糖パン、鶏肉のマーマレ ード焼き カボナータ、春雨スープ、牛乳	604.2(519.6) 26.9(23.5) 25.4(22.5)	米、黒糖パン、春雨、油、白 ごま	牛乳、鶏もも肉、しらす干し	きゅうり、人参、トマト、なす、白菜、 玉ねぎ、マーマレード、焼きのり、にん にく	牛乳 赤ちゃんせんべい	おにぎり (ゆかり・ごま・じゃこ) 麦茶	
10 木	ご飯、さわらの梅干し煮 隠元ともやしのごま和え 玉ねぎとトマトの味噌汁	595.5(481.6) 26.4(22.0) 19.0(16.9)	米、食パン、砂糖、すりご ま(白)	牛乳、さわか、米みそ、バ ター、煮干し	もやし、玉ねぎ、トマト、いんげん、 人参、長ねぎ、うめ干し、しょうが	牛乳 赤ちゃんせんべい	シュガートースト 牛乳	
11 金	とうもろこしご飯、チキン 南蛮 おからサラダ 麩とほうれん草の清まし、すいか	606.0(496.8) 25.1(21.3) 26.4(22.3)	米、片栗粉、砂糖、白玉 麩、油	牛乳、鶏もも肉、おから、 魚肉ソーセージ、ホイップク リーム	すいか、ブロッコリー、とうもろこし、 ほうれん草、こんぶ(だし用)	牛乳 赤ちゃんせんべい	プリン、麦茶	誕生会
12 土	カレーピラフ じゃが芋、玉ねぎ、シメジ のスープ ゼリー	320.6(221.4) 8.6(6.4) 6.3(4.4)	米、じゃが芋、油	豚ひき肉、バター、鶏がら スープ	玉ねぎ、きゅうり、人参、しめじ、 グリーンピース	麦茶 赤ちゃんせんべい	お菓子、麦茶	
14 月	ご飯、すき焼き風煮 きゅうりの梅あえ 冬瓜と油揚げの味噌汁	506.9(422.6) 22.4(19.4) 14.9(14.2)	米、干しそうめん、砂糖、油	木綿豆腐(水切り)、豚肉、 ツナ油漬缶、米みそ、油揚 げ、煮干し、かつお節、牛乳	しらたき、きゅうり、とうがん、玉 ねぎ、人参、ホルムコーン缶、いんげん、 うめしお、カットわかめ	牛乳 赤ちゃんせんべい	ツナコーンそうめん 麦茶	
15 火	きつねうどん さつま芋のサラダ オレンジ	526.1(445.4) 17.5(16.2) 18.6(16.9) 4.3(3.3)	干しうどん、さつま芋、小麦 粉、マッシュポテト、油、砂 糖	油揚げ、かまぼこ、ツナ油 漬缶、かつお節、牛乳	小松菜、オレンジ、ブロッコリー、 キャベツ、玉ねぎ、長ねぎ、カットわか め、あおのり	牛乳 赤ちゃんせんべい	たこ焼き風ポテト 麦茶	
16 水	豚肉のみそ丼 もやし・きゅうりのナムル 豆腐と水菜の清まし、すいか	662.9(533.6) 26.0(21.8) 22.9(19.7)	米、食パン、油、砂糖、片栗 粉、白ごま、ごま油	牛乳、豚肉、絹ごし豆腐、 米みそ	もやし、すいか、玉ねぎ、人参、 きゅうり、いちごジャム、赤ピーマン、 チンゲンサイ、水菜	牛乳 赤ちゃんせんべい	ジャムサンド、牛乳	
17 木	チーズパン 鮭のクリーム・マヨネーズ焼き コールスロー、夏野菜スー プ、牛乳	550.5(486.7) 27.2(24.1) 19.7(18.8)	米、ロールパン、フレンチレ ッソ	牛乳、さけ、チーズ、かにか まぼこ	キャベツ、玉ねぎ、ホルムト缶詰、 きゅうり、トマト、人参、ホルムコーン 缶、クリームコーン缶、えだまめ、スッ キーニ、ピーマン、焼きのり、塩こんぶ	牛乳 赤ちゃんせんべい	枝豆と塩昆布のおにぎ り 麦茶	
18 金	カレーライス、中華サラ ダ ブロッコリーのスー プ、ゼリー	622.2(533.3) 13.2(13.3) 18.9(18.7)	米、じゃが芋、春雨、油、砂 糖、白ごま	カルカロアイス、豚肉、かにか まぼこ、牛乳	玉ねぎ、人参、きゅうり、ホルム コーン缶、ブロッコリー	牛乳 赤ちゃんせんべい	アイスクリーム クラッカー、麦茶	スター フェスティバル
19 土	ひじきご飯、さつま汁、 ゼリー	353.6(249.7) 14.2(10.4) 4.8(3.3)	米、さつま芋、砂糖、油	鶏肉(もも皮なし)、米みそ、 油揚げ、煮干し	きゅうり、人参、長ねぎ、グ リンピース、ひじき	麦茶 赤ちゃんせんべい	お菓子、麦茶	
22 火	ご飯、揚げ魚の甘酢あんか け キャベツの磯あえ、ニラの 味噌汁	440.7(402.0) 18.6(17.7) 7.9(9.6)	米、油、片栗粉、砂糖、白 ごま	鉄分ヨーグルト、たら、米 みそ、煮干し、牛乳	玉ねぎ、キャベツ、バナナ、 きゅうり、人参、にら、しょうが、あ おのり、にんにく	牛乳 赤ちゃんせんべい	ヨーグルト、バナナ 麦茶	
23 水	ぶどうパン なすとマカロニのミートソー ス焼き ブロッコリーとコーンの炒め 物 冬瓜のスー プ、牛乳	498.7(440.3) 20.9(19.1) 15.9(15.2)	ぶどうパン、米、マカロニ、 油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、ミックス チーズ、バター	玉ねぎ、なす、とうがん、ブ ロッコリー、ホルムト缶詰、人参、ホル ムコーン缶、えだまめ、うめ干し、 こんぶ(だし用)	牛乳 赤ちゃんせんべい	カラフル夏ご飯 麦茶	
24 木	炒め焼きそば、きゅうりの 甘酢和え ワカメと長ねぎのスー プ、オレンジ	559.7(452.6) 18.9(16.7) 21.9(18.9)	焼きそばめん、さつま芋、 ぎょうざの皮、片栗粉、油、 砂糖、ごま油	牛乳、豚肉、なると	もやし、きゅうり、白菜、 オレンジ、人参、玉ねぎ、りんご、 ピーマン、カットわかめ	牛乳 赤ちゃんせんべい	スイートポテトパイ 牛乳	
25 金	洋風寿司、夏野菜の揚げ びたし 小松菜とえのきの清まし、 すいか	622.0(504.9) 19.3(17.2) 22.7(19.5)	米、コッペパン、油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、ウイ ナー	すいか、きゅうり、なす、か ぼちゃ、小松菜、ホルムコーン 缶、人参、いんげん、赤ピーマン、 えのき、	牛乳 赤ちゃんせんべい	ホットドック、牛乳	
26 土	甘辛肉うどん じゃが芋のコンソメ炒め ゼリー	334.4(242.8) 12.8(9.6) 7.5(5.3)	干しうどん、じゃが芋、砂 糖、油	豚肉、なると	玉ねぎ、小松菜	麦茶 赤ちゃんせんべい	お菓子、麦茶	
28 月	ご飯、じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのおかか和 え もやしと油揚げの味噌汁	610.2(491.9) 25.7(21.5) 21.9(19.0)	米、じゃが芋、砂糖、片栗 粉、油	牛乳、豚ひき肉、凍り豆腐、 米みそ、無塩バター、油揚 げ、煮干し、かつお節	玉ねぎ、ブロッコリー、もやし、 人参、グリーンピース	牛乳 赤ちゃんせんべい	凍り豆腐の フレンチトースト風 牛乳	
29 火	ちゃんぽんうどん さつま芋のレモン煮、 バナナ	508.4(438.6) 16.6(15.6) 8.9(10.1)	さつま芋、干しうどん、米、 砂糖、油	豚肉、さつま揚げ、脱脂粉 乳、ウイナー、バター、牛 乳	バナナ、キャベツ、もやし、 人参、長ねぎ、ミックスベジ タル、マッシュ ルーム、にら、レモン	牛乳 赤ちゃんせんべい	ベジタブルピラフ 麦茶	
30 水	ご飯、カジキのフライ 白あえ(ごまみそ) なすと油揚げの味噌汁	689.7(547.5) 30.8(25.1) 25.1(21.2)	米、食パン、パン粉、小麦 粉、油、砂糖、すりごま(白)	牛乳、かじき、木綿豆腐、 米みそ、油揚げ、ちくわ、バ ター、煮干し、きな粉	なす、ほうれん草、しらたき、 人参	牛乳 赤ちゃんせんべい	きな粉サンド、牛乳	
31 木	バターロール 揚げワンのくずあんか け かぼちゃのサラダ(カレー) キャベツのスー プ、牛乳	561.0(489.4) 20.1(18.8) 23.4(21.0)	ロールパン、干しうどん、 フレンチレッシング、油、砂 糖、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、ツナ油 漬缶、ツナ油漬缶	かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、 人参、玉ねぎ、長ねぎ、オクラ	牛乳 赤ちゃんせんべい	ツナ・おくらうどん(冷) 麦茶	

