

7月給食献立予定表

キ ツ ズ	昼 食	3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ	
		熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			午前	午後
1	金	豚肉の甘辛丼 かぼちゃのさっぱりサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・油	豚肉・味噌	えのき茸・かぼちゃ・グ リンピース・なす・玉ね ぎ・人参・万能ねぎ	274 kcal 10.6 g 6 g 46.3 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー プリン
4	月	ご飯 鮭の豆乳クリームソース 切干大根と挽肉の煮物 スープ フルーツ（パイナップル）	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	鶏肉・鮭・豆乳	インゲン・パイナップル 缶・玉ねぎ・人参・切干 大根・長ねぎ・白菜	312 kcal 14.8 g 8.4 g 45.9 g 0.6 g	小麦	麦茶・せんべい チーズ
5	火	ひじきのコーンご飯 豚肉とチンゲン菜のごま炒め 大根と人参のおかか和え みそ汁	ごま・ご飯・花ふ・ 砂糖・油	花かつお・豆腐・豚 肉・味噌	コーン・チンゲン菜・ひ じき・玉ねぎ・人参・大 根	274 kcal 12.4 g 7.6 g 41 g 0.7 g	小麦	牛乳 ゼリー
6	水	ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と鶏肉の炒り煮 みそ汁 フルーツ（バナナ）	ご飯・バター・砂 糖・小麦粉・油	シロイトタラ・鶏 肉・味噌・油揚げ	キャベツ・バナナ・ピー マン・玉ねぎ・小松菜・ 人参	281 kcal 12.6 g 8.8 g 39.2 g 0.5 g	乳・小麦	麦茶・ビスケット せんべい
7	木	●七夕そうめん なすとそばのみそ炒め さつま芋の煮物 ヨーグルト	さつま芋・ソーメ ン・砂糖・片栗粉・ 油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏肉・ 味噌	オクラ・コーン・トマ ト・なす・玉ねぎ・人参	282 kcal 10.6 g 7.1 g 44.1 g 0.9 g	乳・小麦	カルピス おやき
8	金	夏野菜カレー 白菜と人参のサラダ スープ フルーツ（オレンジ）	ごま油・ご飯・砂 糖・油	豚肉	オレンジ・かぼちゃ・ご ぼう・パプリカ黄・パプ リカ赤・玉ねぎ・人参・ 長ねぎ・白菜	266 kcal 8 g 5.4 g 48.4 g 1 g	小麦	麦茶・せんべい 牛乳寒天
11	月	ご飯 助宗タラの甘酢あん 鶏肉とブロッコリーの炒め物 みそ汁 フルーツ（白桃缶）	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	スケソウタラ・鶏 肉・豆腐・味噌	コーン・ブロッコリー・ 玉ねぎ・小松菜・人参・ 大根・白桃缶	287 kcal 13.8 g 6.9 g 43.2 g 0.6 g	小麦	麦茶・ビスケット マカロニ きなこ
12	火	ソース焼きうどん さつま芋の甘煮 すまし汁 フルーツ（オレンジ）	うどん・さつま芋・ 砂糖・油	豚肉	あおさ粉・オレンジ・ キャベツ・ごぼう・玉ね ぎ・人参・万能ねぎ	256 kcal 10.5 g 5.1 g 43.4 g 1 g	小麦	牛乳 ホットケーキ
13	水	ご飯 ポークチャップ チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・小麦 粉・焼ふ・油	しらす干し・豚肉・ 味噌	チンゲン菜・ピーマン・ もやし・玉ねぎ・人参	255 kcal 11.3 g 6.1 g 39.9 g 0.9 g	小麦	麦茶・クッキー プリン
14	木	ご飯 カラスカレイのごま漬け焼き 鶏肉と白菜の炒め煮 みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ごま・ごま油・ご 飯・砂糖・油	カラスカレイ・鶏 肉・味噌・油揚げ	オレンジ・ごぼう・ほう れん草・玉ねぎ・人参・ 白菜	304 kcal 12.3 g 11.9 g 38.2 g 0.7 g	小麦	麦茶・せんべい ビスケット
15	金	みそ煮込みうどん お豆腐の中華サラダ フルーツ（オレンジ）	うどん・ごま油・砂 糖	豆腐・豚肉・味噌・ 油揚げ	インゲン・オレンジ・ト マト・ワカメ・玉ねぎ・ 人参・白菜	251 kcal 12.9 g 8.5 g 31.1 g 1.1 g	小麦	麦茶・ビスケット せんべい
19	火	ひじきのコーンご飯 豚肉とチンゲン菜のごま炒め 大根と人参のおかか和え みそ汁	ごま・ご飯・花ふ・ 砂糖・油	花かつお・豆腐・豚 肉・味噌	コーン・チンゲン菜・ひ じき・玉ねぎ・人参・大 根	275 kcal 12.6 g 7.6 g 41.1 g 0.7 g	小麦	牛乳 ジャムパン
20	水	ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と鶏肉の炒り煮 みそ汁 フルーツ（オレンジ）	ご飯・バター・砂 糖・小麦粉・油	シロイトタラ・鶏 肉・味噌・油揚げ	オレンジ・キャベツ・ ピーマン・玉ねぎ・小松 菜・人参	280 kcal 12.7 g 8.8 g 38.9 g 0.5 g	乳・小麦	麦茶・クッキー チーズ
21	木	●ひまわりライス なすと玉ねぎのツナみそ炒め さつま芋の煮物 ヨーグルト	ご飯・さつま芋・砂 糖・片栗粉・油	ツナフレーク缶・ ヨーグルト・鶏肉・ 味噌	きゅうり・コーン・な す・玉ねぎ・人参・長ね ぎ	306 kcal 9.3 g 7.5 g 52 g 0.5 g	乳・小麦	麦茶・せんべい クッキー



7月給食献立予定表

キ ツ ズ	昼 食	3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ	
		熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			午前	午後
22	金	夏野菜カレー 白菜と人参のサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	ごま油・ご飯・砂糖・油	豚肉	オレンジ・かぼちゃ・ごぼう・パプリカ黄・パプリカ赤・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白菜	266 kcal 8 g 5.4 g 48.4 g 1 g	小麦	麦茶・ビスケット ゼリー
25	月	コングクス風そうめん さつま芋と豚肉の甘辛炒め フルーツ (パイン缶)	ごま・さつま芋・ソーメン・砂糖・油	豆乳・豚肉	きゅうり・コーン・トマト・パイナップル缶・玉ねぎ	264 kcal 9.2 g 5.7 g 43.8 g 0.7 g	小麦	麦茶・クッキー おやき
26	火	ソース焼きうどん さつま芋の甘煮 すまし汁 フルーツ (オレンジ)	うどん・さつま芋・砂糖・油	豚肉	あおぎ粉・オレンジ・キャベツ・ごぼう・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	256 kcal 10.5 g 5.1 g 43.4 g 1 g	小麦	牛乳 せんべい
27	水	ご飯 ポークチャップ チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・小麦粉・焼ふ・油	しらす干し・豚肉・味噌	チンゲン菜・ピーマン・もやし・玉ねぎ・人参	255 kcal 11.3 g 6.1 g 39.9 g 0.9 g	小麦	麦茶・せんべい フルーチェ
28	木	ご飯 カラスカレイのごま漬け焼き 鶏肉と白菜の炒め煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ご飯・砂糖・油	カラスカレイ・鶏肉・味噌・油揚げ	オレンジ・ごぼう・ほうれん草・玉ねぎ・人参・白菜	304 kcal 12.3 g 11.9 g 38.2 g 0.7 g	小麦	麦茶・ビスケット マカロニ きなこ
29	金	豚肉の甘辛丼 かぼちゃのさっぱりサラダ みそ汁	ご飯・砂糖・油	豚肉・味噌	えのき茸・かぼちゃ・グリーンピース・なす・玉ねぎ・人参・万能ねぎ	274 kcal 10.6 g 6 g 46.3 g 0.6 g	小麦	麦茶・クッキー プリン

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量				
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g	塩分g
1〜2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	287	12.2	7.8	43.6	0.8

※都合により、献立を変更する場合がございます。

※本工場では小麦・乳を使用しております。

※本商品製造工場では、小麦・乳・卵・えび・落花生を含む製品を製造しています。