



令和7年7月分献立表



大府市公私立保育園
令和7年5月16日

日 曜	献立名	使用材料名				午前のおやつ	午後のおやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	調味料・その他			
		熱や力となるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子をよくするもの				
1 火 ○	中華飯 中華スープ メロン	米、片栗粉、砂糖、サラダ油、ごま油	豚平、わかめ	メロン、白菜、玉ねぎ、人参、もやし、たけのこ、ねぎ、えのきたけ	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(ほしたべよ)	522.2(487.8) 18.9(17.0) 13.2(12.2) 1.3(1.1)
2 水 ○	具だくさん煮込みうどん ごま和え	白玉うどん、砂糖、ごま油	若鶏、油揚げ	大根、人参、もやし、きゅうり、ねぎ、ごぼう、白ごま、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、みりん、塩	牛乳 メロン	牛乳 ◆五平餅(米、砂糖、赤味噌、白ごま、みりん)	490.5(442.3) 21.3(19.0) 13.3(12.2) 2.4(1.9)
3 木 ○	ごはん 筑前煮 豆腐と人参の味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、ちくわ、味噌、わかめ	大根、人参、糸こんにゃく、ごぼう、ねぎ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆フレンチトースト(食パン、砂糖、卵、牛乳)	606.8(550.5) 30.5(27.0) 15.2(14.3) 3.2(2.7)
4 金 ○	梅鮭ごはん 三色きんぴら炒め なすと人参の味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	さけ、味噌、しらす、わかめ	人参、ピーマン、なす、うめ干し、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、酒、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 菓子(えびちび)	486.7(453.0) 20.5(18.5) 12.6(11.7) 3.0(2.6)
5 土	いなり寿司 フルーツゼリー(ぶどう)	いなり寿司		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
7 月 ○	カレーそば ズッキーニの中華スープ 七夕星ものがたり	米、砂糖、サラダ油	鶏挽	ズッキーニ、人参、玉ねぎ、コーンホール缶、ねぎ、干しいたけ、七夕星ものがたり	醤油、中華スープの素、コンソメスープの素、カレー粉	牛乳 メロン	牛乳 菓子(ひとくちしょうゆせん)	449.3(420.7) 15.5(14.4) 14.5(13.9) 1.2(1.1)
8 火 ○	コッパパン 鶏もも肉とカラフル野菜 野菜スープ	コッパパン、オリーブ油	若鶏	玉ねぎ、人参、ズッキーニ、赤ピーマン、黄ピーマン、こまつな、パセリ、にんにく	コンソメスープの素、酒、塩、カレー粉	牛乳 菓子(がんばれ野菜家族)	◆豆乳ヨーグルトのフルーツ和え(豆乳のヨーグルト、砂糖、黄桃缶、パイナップル、みかん缶、バナナ)	357.3(389.3) 17.5(18.2) 11.2(13.1) 2.0(1.5)
9 水 ○	焼きそば 中華わかめスープ ヨーグルト	焼きそば、サラダ油、ごま油	ヨーグルト、豚平、わかめ	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	ソース、中華スープの素、花かつお、塩	牛乳 みかん缶	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 菓子(さくっとあられ)	393.9(428.9) 13.6(14.9) 7.3(9.9) 1.4(1.2)
10 木 ○	ごはん 豆腐の小判揚げ ごまだれサラダ 野菜ジュース(アップルキャロット)	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	豆腐、鶏挽、卵、ひじき	野菜ジュース(アップルキャロット)、人参、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	醤油、酢、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子(ほろほろ焼き)	578.5(526.2) 19.2(17.5) 19.5(17.4) 1.3(1.1)
11 金 ○	ごはん さけの味噌焼き 酢和え わかめとえのきのすまし汁	米、砂糖、春雨、ごま油、サラダ油	さけ、チキンハム、味噌、わかめ	きゅうり、人参、もやし、ねぎ、えのきたけ、白ごま	酢、削り節、醤油、だし昆布、みりん、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あけびの実パウンドケーキ)(プレーン)	575.8(532.5) 28.7(27.1) 17.6(17.1) 1.6(1.3)
12 土	おにぎり(鮭・鮭) やさしいゼリー	おにぎり(鮭・鮭)		やさしいゼリー		ヨーグルト		
14 月 ○	ごはん はんぺんと野菜の旨煮 玉ねぎとえのきの味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	はんぺん、生揚げ、豚平、味噌	大根、人参、玉ねぎ、糸こんにゃく、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、酒	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子(ミレービスケット)	546.5(500.4) 25.9(22.4) 14.3(13.3) 2.9(2.4)
15 火 ○	夏野菜のカレーライス ハムとコーンのサラダ 野菜ジュース(野菜生活)	米、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油	豚平、チキンハム	野菜ジュース(野菜生活)、玉ねぎ、人参、なす、ズッキーニ、きゅうり、かぼちゃ、赤ピーマン、コーンホール缶	カレールー、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆トマトパンケーキ(米粉パウダー(パンケーキ用)、砂糖、サラダ油、トマトジュース)	691.3(601.2) 18.9(16.8) 26.8(23.0) 2.6(2.1)
16 水	チキンライス キャベツと玉ねぎのスープ ヨーグルト	米、サラダ油	ヨーグルト、若鶏、ウインナー	玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、中華スープの素、塩	牛乳 メロン	アイスクリーム	436.1(468.2) 14.1(16.0) 8.7(11.5) 1.3(1.2)
17 木 ○	クロロール ハンバーグ 付け合せ 野菜スープ	クロロール、米粉(パン粉)、砂糖、サラダ油	豚挽、豆乳	玉ねぎ、キャベツ、人参、パセリ	トマトケチャップ、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 ◆とうもろこし(とうもろこし、塩)	445.1(437.5) 21.7(20.1) 18.6(16.9) 2.3(2.1)
18 金 ○	ごはん 鮭のタルタルソース焼き キャベツとコーンの炒め物 なすと人参の味噌汁	米、タルタルソース(ノンエッグ)、サラダ油	さけ、味噌、わかめ	キャベツ、コーンホール缶、人参、なす、ねぎ、パセリ	削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あげせんべい)	599.6(540.7) 27.3(23.6) 24.7(22.6) 2.3(2.0)
19 土	いなり寿司 フルーツゼリー(みかん)	いなり寿司		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
22 火 ○	ビビンバ 中華わかめスープ マスカットゼリー	米、砂糖、ごま油、サラダ油	豚挽、赤味噌、わかめ	もやし、人参、ほうれん草、ねぎ、えのきたけ、白ごま、マスカットゼリー	中華スープの素、醤油、酢、酒、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子(アスパラガスビスケット)	593.2(550.4) 20.2(18.3) 18.0(16.3) 0.9(0.8)
23 水 ○	和風スパゲティ シーチキンサラダ メロン	スパゲティ、砂糖、サラダ油	豚平、ツナ	メロン、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、きゅうり、干しいたけ	りんご酢、醤油、コンソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆豆腐のもちもちきな粉ケーキ(上新粉、砂糖、サラダ油、片栗粉、豆腐、きな粉、バター、パウンド)	588.3(517.8) 24.7(21.5) 21.9(19.1) 1.4(1.2)
24 木 ○	ごはん 卵のふわふわ焼き トマト 玉ねぎと油揚げの味噌汁	米、砂糖、片栗粉、サラダ油	卵、豚挽、味噌、油揚げ、わかめ、ひじき	トマト、人参、玉ねぎ、ねぎ、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家族)	◆フルーツポンチ(黄桃缶、みかん缶、バナナ、パイナップル、砂糖)	427.1(424.8) 17.5(17.5) 9.2(11.1) 2.0(1.8)
25 金 ○	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め キャベツと玉ねぎのスープ	米、砂糖、サラダ油	若鶏	玉ねぎ、キャベツ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、醤油、コンソメスープの素、カレー粉、酒、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子(あけびの実クッキー)(プレーン)	544.6(501.6) 24.2(21.5) 16.4(15.5) 1.8(1.5)
26 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(ぶどう)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(ぶどう)		ヨーグルト		
28 月 ○	ごはん キャベツと豚肉の味噌炒め わかめとえのきのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(味しらべ)	560.4(505.2) 24.9(21.8) 17.0(15.2) 2.3(1.9)
29 火 ○	ごはん 鶏肉の照り焼き 中華和え 玉ねぎと人参の味噌汁	米、砂糖、ごま油	若鶏、味噌、ツナ、わかめ	もやし、きゅうり、人参、玉ねぎ、ねぎ、コーンホール缶	醤油、削り節、酒、だし昆布、酢、みりん	牛乳 メロン	牛乳 ◆ポテトフライ(じゃが芋、サラダ油、塩)	564.1(501.2) 28.9(25.1) 20.0(17.6) 2.4(1.9)
30 水 ○	冷やし中華 ウインナー ジョア(マスカット)	中華そば、砂糖、サラダ油、ごま油	ウインナー、チキンハム、ジョア(マスカット)	トマト、もやし、きゅうり、コーンホール缶	醤油、酢、中華スープの素、塩	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 ◆ラスク(薄切り食パン、バター、グラニュー糖)	705.6(647.8) 29.0(26.2) 30.6(27.0) 3.1(2.7)
31 木 ○	しらすコーンごはん 華風かきたま汁 ごまだれサラダ	米、砂糖、サラダ油	豆腐、卵、若鶏、かまぼこ、ツナ、しらす	人参、コーンホール缶、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	醤油、削り節、酢、だし昆布、わかめご飯の素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(おこめぼん棒)	558.8(500.8) 27.5(23.8) 15.9(14.3) 2.8(2.3)

◆は手作りおやつです。

※日にちの欄に○印がついている日は箸を持ってきてください。 ※材料の納品状況などにより、献立が変更する場合があります。ご了承ください。 ※太枠の日は、卵・乳アレルギーに対応した別メニューを用意しています。