

2025年度 7月 給食献立予定表

認定こども園あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	午後のおやつ	材 料 名		
				赤	緑	黄
				血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	熱と力になるもの
1 火	○	麦ご飯 果物 鮭のパン粉焼き コーンサラダ コンソメスープ	麦茶 ふわっとふー	生鮭 粉チーズ	果物	米 押麦 パン粉 油/麩 バター グラニュー糖 砂糖 油
2 水	カルシ	タコライス とうもろこし 小魚 果物	麦茶 きな粉クッキー	鶏ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ /牛乳 いわし	玉ねぎ 人参 ビーマン トマト とうもろこし 果物	米 押麦 油 片栗粉 砂糖 /ホットケーキ粉 バター きな粉 砂糖 ごま 砂糖 ごま
3 木	○	麦ご飯 幼児:ガリガリ君 乳児:ミニゼリー 鶏肉のから揚げ トマト 焼きとうもろこし 野菜スープ 夏祭りメニュー	麦茶 たご焼き	鶏もも肉/青のり	トマト とうもろこし 玉ねぎ 人参 しめじ	米 押麦 ガリガリ君 ミニゼリー 片栗粉 油/たご焼き じゃがいも
4 金	○	焼きそば パナナ(幼児:カラスプレー) ウインナー フロccoli 焼きポテト(ミニオンズ) 豆腐のスープ	麦茶 わかめおにぎり	豚もも肉 ウインナー/わかめ	キャベツ 人参 ビーマン 玉ねぎ パナナ フロccoli	中華蒸麺 ごま油 油 カラスプレー 油/米 油 じゃがいも 油
5 土	○	カレーライス(アンパンマンカレー) チーズ ゼリー コーンスープ	麦茶 クッキー	豚もも肉 チーズ ベーコン	玉ねぎ 人参 しめじ 玉ねぎ 人参 とうもろこし 人参 玉ねぎ	米 押麦 アンパンマンカレー じゃがいも /クッキー ゼリー
7 月	○	黒米ご飯 果物 星のコロッケ もやしのナムル そうめん汁	麦茶 幼児:お星さまスナック 乳児:せんべい	豚ひき肉 鶏もも肉 星なると	果物 人参 玉ねぎ もやし 人参 きゅうり 星型人参 オクラ	米 黒米 ごま じゃがいも 小麦粉 パン粉 油/スナック菓子 ごま ごま油/せんべい そうめん
8 火	○	麦ご飯 果物 カレイのごまマヨネーズ焼き 切干大根煮 わかめのスープ	麦茶 シュガーパイ	カラスカレイ みそ/牛乳 油揚げ わかめ	果物 りんご レモン 人参 きゅうり 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター マーメイド マカロニ マヨネーズ
9 水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き マカロニサラダ みそ汁	麦茶 オレンジ蒸しパン	鶏もも肉/牛乳 ツナ 豆腐 みそ	果物 人参 きゅうり 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 砂糖/ホットケーキ粉 砂糖 バター マーメイド マカロニ マヨネーズ
10 木	○	麦ご飯 果物 肉じゃが 納豆 中華春雨サラダ 真だくさんみそ汁	麦茶 サンドパン	豚もも肉 納豆 ロースハム 油揚げ みそ	果物 玉ねぎ 人参 いんげん きゅうり 人参 キャベツ 玉ねぎ 花型人参 ごぼう 大根 椎茸	米 押麦 じゃがいも 砂糖 油/食パン ジャム 春雨 ごま油 砂糖
11 金	○	麦ご飯 果物 さばのカレー風味焼き ピーマンのじゃこ炒め ポトフ	麦茶 キャラメルコーン	さば しらす干し ウインナー	果物 人参 玉ねぎ キャベツ 人参 玉ねぎ 筍 ビーマン 椎茸	米 押麦 /キャラメルコーン 砂糖 ごま油 じゃがいも
12 土	○	中華丼 小魚 果物 みそ汁	麦茶 せんべい	豚もも肉 なると いわし みそ	果物 玉ねぎ しめじ ねぎ	米 押麦 油 片栗粉 ごま油 砂糖 ごま 砂糖/せんべい
14 月	○	そうめん ミニポテト 中華きゅうり 果物	麦茶 半月ピザ	鶏もも肉 /ウインナー チーズ	玉ねぎ 人参 椎茸 オクラ ねぎ /とうもろこし きゅうり	そうめん 砂糖 じゃがいも 油/餃子の皮 ごま 砂糖 ごま油
15 火	○	麦ご飯 果物 アジフライ シルバーサラダ 夏野菜スープ	麦茶 ライスクッキー (非常食)	アジ ロースハム	果物 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 ビーマン ズッキーニ	米 押麦 小麦粉 パン粉 油/ライスクッキー 春雨 マヨネーズ 砂糖
16 水	○	麦ご飯 果物 鶏肉のマーメイド焼き トマト 大豆の磯煮 みそ汁	麦茶 スマイルポテト	鶏もも肉 大豆水煮 油揚げ ひじき缶(非常食) わかめ みそ	果物 トマト 人参 玉ねぎ	米 押麦 マーメイド/じゃがいも 砂糖 油
17 木	○	ひまわり組さんカレー チーズサラダ かみかみ昆布 丹那牛乳クレープ	麦茶 焼きビーフン	鶏もも肉 チーズ/ウインナー 昆布	人参 トマト きゅうり 玉ねぎ なす キャベツ 人参 とうもろこし レモン/玉ねぎ 人参 ねぎ	米 押麦 じゃがいも 油 カレールウ 砂糖 油/ビーフン 油
18 金	○	麦ご飯 果物 鮭のみそ焼き トマト ポテトサラダ レタススープ	麦茶 みたらしまカロニ	生鮭 みそ ツナ ベーコン	果物 トマト きゅうり 人参 レタス 玉ねぎ	米 押麦 砂糖/マカロニ 砂糖 片栗粉 じゃがいも マヨネーズ
19 土	○	マーボー豆腐丼 小魚 果物 コンソメスープ	麦茶 クッキー	豚ひき肉 豆腐 みそ いわし	玉ねぎ 人参 椎茸 ねぎ 果物 玉ねぎ チンゲン菜	米 押麦 油 片栗粉 ごま油 砂糖 砂糖 ごま/クッキー
22 火	○	麦ご飯 果物 チンジャオロース もやしのナムル みそ汁	麦茶 カラメルプリン	豚もも肉/牛乳 油揚げ みそ	果物 人参 玉ねぎ キャベツ 人参 玉ねぎ 筍	米 押麦 油 片栗粉 ごま油 砂糖 ごま ごま油
23 水	○	ロールパン 果物 タンドリーチキン ツナサラダ クリームスープ	麦茶 すいかのロールケーキ	鶏もも肉 ヨーグルト ツナ ウインナー 豆乳	果物 キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参	ロールパン /ロールケーキ 砂糖 油 シチュールウ
24 木	○	夏野菜のスパゲティミートソース ふかしじゃがいも(のり塩味) 果物 若竹汁	麦茶 どうぶつビスケット	豚ひき肉 青のり わかめ	なす ズッキーニ 玉ねぎ 人参 トマト 果物 玉ねぎ 筍	スパゲティ 砂糖 油 じゃがいも/ビスケット
25 金	○	麦ご飯 果物 さばの香味焼き かぼちゃのサラダ 冬瓜のスープ	麦茶 シリアルバー	さば ロースハム ベーコン	果物 ねぎ かぼちゃ 人参 きゅうり 冬瓜 玉ねぎ	米 押麦 砂糖 ごま/コーンフレーク マシュマロ バター マヨネーズ
26 土	○	チキンライス 焼きポテト 果物 わかめスープ	麦茶 せんべい	鶏もも肉 わかめ	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ 果物 玉ねぎ もやし	米 押麦 油 じゃがいも 油/せんべい
28 月	○	麦ご飯 果物 鶏肉の梅マヨネーズ焼き 海藻サラダ 野菜スープ	麦茶 バニラアイス	鶏もも肉 わかめ	果物 梅肉 キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ 人参 しめじ	米 押麦 マヨネーズ/アイス 砂糖 ごま油 じゃがいも
29 火	○	食パン いちごジャム 魚のフライ コールスローサラダ ミネストローネスープ	麦茶 おかかおにぎり	しいら/かつお節 ウインナー	キャベツ 人参 きゅうり とうもろこし レモン 玉ねぎ 人参 トマト	食パン いちごジャム 小麦粉 パン粉 油/米 油 砂糖 油 マカロニ バター
30 水	○	麦ご飯 ミニゼリー カレイのごま照り焼き トマト ひじき煮 みそ汁	麦茶 メープルマフィン	カラスカレイ/牛乳 ひじき 油揚げ 豆腐 みそ	トマト 人参 いんげん 玉ねぎ ねぎ	米 押麦 ミニゼリー ごま 砂糖/ホットケーキ粉 バター 砂糖 メープルシロップ 砂糖 油 じゃがいも
31 木	○	麦ご飯 果物 ハンバーグ 人参グラッセ キャベツの塩昆布和え みそ汁	麦茶 かりんとうトースト	豚ひき肉 豆腐 塩昆布 みそ	果物 玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 玉ねぎ	米 押麦 パン粉 砂糖 バター/食パン 黒糖 バター 砂糖 麩

※昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午前・午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。
 ※栄養価は、お昼とおやつとの合計です。教育部籍の子はおやつは提供されませんのでご了承ください。
 ※仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。
 ※「/」以降の食材はおやつで使用する食材です。

1日分平均値	エネルギー	タンパク質	脂質	塩分
乳児	495kcal	20.8g	17.2g	1.6g
幼児	549kcal	22.1g	16.9g	1.8g