

第一保育所 7月献立



日	曜日	午前おやつ		午後おやつ		主な食材	kcal	塩分		
		離乳	乳児	離乳	乳児					
1	月	ハイハイ	ぱりんこ	ごはん、豆腐ハンバーグ、スパゲティサラダ、味噌汁	おこめせんべい	バームクーヘン	米//豆腐ハンバーグ、玉葱、しめじ//スパゲティ、人参、コーン、胡瓜、マヨネーズ//麩、葱、わかめ	牛乳	517	2.3
2	火	ひじきせんべい	カニチップ	パン、ポークチャップ、卵入りサラダ、コンソメスープ	バナナ	豆乳きな粉餅	パン、ジャム//豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、グリーンピース、ケチャップ//キャベツ、胡瓜、卵、マヨネーズ//玉葱、しめじ、パセリ//豆乳、きなこ	牛乳	549	1.8
3	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	夏野菜カレー、フライドポテト、フルーツヨーグルト	魚スナック	ココナッツサブレ	米、鶏肉、ピーマン、茄子、南瓜、玉葱、人参、コーン、カレー粉//フライドポテト//みかん缶、黄桃缶、パイン缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	536	1.2
4	木	魚せんべい	ハッピーターン	ごはん、豚肉の味噌炒め、ブロッコリーのおかか和え、吸物	野菜スナック	動物ビスケット	米//豚肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン//ブロッコリー、人参、かつお節//豆腐、えのき、三つ葉	牛乳	491	1.2
5	金	ハイハイ野菜	ベジタベ	コーンごはん、星のコロッケ、人参サラダ、そうめん汁	すいか	すいか	米、コーン//星のコロッケ//人参、胡瓜、ツナ、ドレッシング//そうめん、錦糸卵、オクラ、葱//すいか	牛乳	508	1.9
6	土	おかし	おかし	そぼろごはん、小松菜たまごとし、味噌汁	おかし	おかし	米、鶏ひき肉、グリーンピース//小松菜、卵、人参//玉葱、麩、わかめ	牛乳	461	1.4
8	月	ハイハイ	星たべよ	ごはん、サーモンフライ、ポテトサラダ、味噌汁	バナナ	プリン	米//サーモンフライ//じゃがいも、ミックスベジタブル、マヨネーズ//えのき、わかめ、葱//プリンの素、牛乳、ケーキシロップ	牛乳	538	1.6
9	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	冷し中華、ミートボール、フルーツ	魚スナック	ハーベスト	中華麺、もやし、胡瓜、ハム、錦糸卵//ミートボール//みかん缶	牛乳	475	1.8
10	水	おこめせんべい	白い風船	豚丼、トマトとブロッコリーのサラダ、吸物	ベビーダノン	フルーチェ	米、豚肉、玉葱、人参//トマト、ブロッコリー、コーン、マヨネーズ//豆腐、わかめ、葱	牛乳	477	1.2
11	木	魚せんべい	ぼたぼた焼き	わかめごはん、筑前煮、ハンサンスー、味噌汁	野菜スナック	ムーンライトクッキー	米、わかめご飯の素//鶏肉、ごぼう、里芋、さつま揚げ、人参、干しいたけ、いんげん//春雨、胡瓜、錦糸卵、ハム//なす、玉葱、油揚げ	牛乳	511	2.1
12	金	ハイハイ野菜	とんがりコーン	ごはん、厚揚げの肉味噌かけ、みかん甘酢サラダ、かき玉汁	南瓜煮	ホットケーキ	米//厚揚げ、鶏ミンチ、玉葱、人参//キャベツ、胡瓜、みかん缶//卵、葱、人参//ホットケーキミックス、牛乳、卵、ケーキシロップ	牛乳	412	1.8
13	土	おかし	おかし	そうめん、鶏肉とじゃが芋煮、フルーツ	おかし	おかし	そうめん、人参、わかめ、オクラ//鶏肉、じゃが芋、グリーンピース//黄桃缶	牛乳	418	1.5
16	火	ひじきせんべい	カニチップ	ごはん、ふりかけ、えびカツ、春雨サラダ、中華スープ	野菜スナック	ココナッツサブレ	米//ふりかけ//えびカツ//春雨、人参、ブロッコリー、コーン、マヨネーズ//なると、葱、わかめ	牛乳	511	1.3
17	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	カレーライス、コールスローサラダ、フルーツヨーグルト	バナナ	麩ラスク	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//キャベツ、人参、コーン、マヨネーズ//みかん缶、黄桃缶、パイン缶、バナナ、ヨーグルト//麩、マーガリン(植物性)	牛乳	542	1.3
18	木	魚せんべい	ハッピーターン	スパゲティミートソース、かにかまサラダ、コンソメスープ	魚スナック	動物ビスケット	スパゲティ、合挽きミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、トマトソース、ケチャップ//もやし、胡瓜、かにかま、ドレッシング//玉葱、人参、しめじ、パセリ	牛乳	497	2.1
19	金	ハイハイ野菜	ベジタベ	ごはん、豚肉の焼肉風、ブロッコリーナムル、味噌汁	ベビーダノン	ブドウ寒天	米//豚肉、玉葱、人参、キャベツ//ブロッコリー、人参//麩、わかめ、葱//ぶどうジュース、寒天	牛乳	471	1.3
20	土	おかし	おかし	ごはん、ポテトとウインナーのカレー炒め、コンソメスープ	おかし	おかし	米//じゃが芋、ウインナー、玉葱、いんげん、カレー粉//ミックスベジタブル、玉葱	牛乳	462	1.0
22	月	ハイハイ	星たべよ	菜飯、コロッケ、カリフラワーカレー和え、吸物	魚スナック	ロールケーキ	米、菜飯の素//コロッケ//カリフラワー、胡瓜、ツナ、コーン、人参、カレー粉、マヨネーズ//ほうれん草、なると、干しいたけ	牛乳	530	1.8
23	火	ひじきせんべい	かっぱえびせん	焼きそば、コンソメポテトウインナー、スープ	野菜スナック	ハーベスト	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン//じゃが芋、ウインナー、パセリ//しめじ、玉葱、青梗菜	牛乳	483	1.7
24	水	おこめせんべい	白い風船	ごはん、ひき肉じゃが、人参サラダ、味噌汁	バナナ	バナナ豆乳蒸しパン	米//じゃが芋、豚ミンチ、玉葱、人参、いんげん、系こんにゃく//人参、胡瓜、ツナ、ドレッシング//えのき、麩、わかめ//ホットケーキミックス、バナナ豆乳	牛乳	533	1.7
25	木	魚せんべい	ぼたぼた焼き	ごはん、ふりかけ、鶏肉の唐揚げ、ほうれん草のごま和え、中華コーンスープ	ひじきせんべい	ムーンライトクッキー	米//ふりかけ//鶏肉//ほうれん草、もやし、人参、ごま//わかめ、玉葱、クリームコーン缶、卵	牛乳	502	1.5
26	金	ハイハイ野菜	とんがりコーン	親子丼、グリーンサラダ、味噌汁	ベビーダノン	パイン寒天	米、卵、鶏肉、玉葱、干しいたけ、みつば//ブロッコリー、胡瓜、かにかま、マヨネーズ//玉葱、小松菜、油揚げ//パインジュース、寒天	牛乳	492	1.8
27	土	おかし	おかし	ひやむぎ、しらす入りスクランブルエッグ、フルーツ	おかし	おかし	ひやむぎ、なると、ほうれん草、わかめ、葱//卵、玉葱、しらす//黄桃缶、パイン缶	牛乳	452	2.2
29	月	ハイハイ	ぱりんこ	ごはん、ふりかけ、さわらの照り煮、マカロニサラダ、吸物	魚スナック	ビスコ	米//ふりかけ//さわら//マカロニ、人参、コーン、ブロッコリー、マヨネーズ//ほうれん草、麩、えのき	牛乳	498	1.4
30	火	ひじきせんべい	おとっとと	サラダうどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ	南瓜煮	ケーキサレ	うどん、キャベツ、胡瓜、トマト、ツナ、コーン//竹輪、天ぷら粉、青のり//オレンジ//ホットケーキミックス、魚肉ソーセージ、コーン、パセリ、マヨネーズ	牛乳	530	2.2
31	水	おこめせんべい	カルシウムせんべい	ごはん、麻婆豆腐、ハンサンスー、スープ	野菜スナック	雪の宿	米//豆腐、豚ミンチ、玉葱、葱、干しいたけ//春雨、きゅうり、人参、ササミ//青梗菜、玉葱、人参	牛乳	479	1.1

☆離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。
 ☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願い致します。
 ☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。
 ☆マヨネーズは特定原材料7品目・カレーは28品目 未使用のもので提供しています。

