



7月 献立表



令和8年

マロニエ幼稚園

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 水	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 ミートローフ キャベツのマヨサラダ パナナ 麦茶	ごまクッキー 牛乳	味噌 豚肉 豚レバー 木綿豆腐 牛乳	米 ジャが芋 パン粉 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油 ごま クラッカー	干しいたけ なめこ 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ キャベツ もやし コーン パナナ	水 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 麦茶 ベーキングパウダー
2 木	ウエハース 麦茶	ご飯 すまし汁 鶏肉のさっぱり焼き チーズ 麦茶	中華風カステラ 牛乳	高野豆腐 鶏肉 味噌 チーズ 鶏卵 牛乳	米 砂糖 無塩バター 薄力粉 ウエハース	干しいたけ しめじ 長ねぎ 昆布 にんにく しょうが 小松菜 白菜 人参	水 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢 みりん 麦茶 ベーキングパウダー
3 金	ビスケット 麦茶	練馬スパゲティ コーンスープ トマトドレッシングサラダ ゼリー(グレープフルーツ味) 牛乳	青菜おにぎり 小魚 麦茶	かつおフレーク 牛乳 煮干し	スパゲティ 油 無塩バター 砂糖 グレープフルーツゼリーの素 米 ごま油 マンナビスケット	大根 焼きのり 玉ねぎ コーン もやし ブロッコリー 人参 小松菜	穀物酢 こいくちしょうゆ 塩 水 シチューフレーク トマトドレッシング 麦茶
6 月	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 コロケ キャベツのかりかりす和え パイナップル 麦茶	カップケーキ 牛乳	味噌 しらす 鶏卵 牛乳	米 小切麩 コロッケ 油 片栗粉 無塩バター 砂糖 薄力粉 ウエハース	干しいたけ 玉ねぎ チンゲン菜 昆布 キャベツ 人参 わかめ パイナップル	水 トマトケチャップ 中濃ソース 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
7 火	ビスケット 麦茶	【小暑】いなりご飯 そうめん汁 味噌マヨ和え スイカ 麦茶	クッキー 牛乳	いなりの皮 かつお節 鶏肉 味噌 鶏卵 牛乳	米 砂糖 ごま そうめん ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 無塩バター マンナビスケット	焼きのり 干しいたけ 人参 オクラ 昆布 大根 小松菜 コーン すいか	水 穀物酢 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
8 水	クラッカー 麦茶	マーボー茄子干し 干しえび入り中華スープ もやしとハムのサラダ オレンジ 麦茶	ヨーグルト 麦茶	豚肉 味噌 木綿豆腐 干しえび ロースハム ヨーグルト スkimミルク	米 ごま油 砂糖 片栗粉 油 クラッカー	なす 長ねぎ ビーマン しょうが 料理酒 にんにく わかめ もやし チンゲン菜 オレンジ	水 こいくちしょうゆ 料理酒 チキンスープの素 穀物酢 塩 麦茶
9 木	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ キャベツのごま和え チーズ 牛乳	コンソメ麺ナック 麦茶	油揚げ 味噌 いわしの煮付 チーズ 牛乳	米 砂糖 ごま 小切麩 油 ウエハース	干しいたけ 南瓜 玉ねぎ 昆布 キャベツ 人参	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 麦茶
10 金	ビスケット 麦茶	ご飯 チキンカレー マカロニサラダ パイナップル 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	鶏肉 チーズ 牛乳	米 ジャが芋 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 きゅうり パイナップル	水 カレールウ 塩 麦茶 ベーキングパウダー
13 月	ウエハース 麦茶	チャーハン 中華スープ 春雨の中華和え パイナップル 麦茶	ごまおこし 牛乳	豚肉 干しえび 牛乳	米 油 ごま油 春雨 砂糖 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ こま ウエハース	玉ねぎ ビーマン コーン 干しいたけ 白菜 小松菜 きゅうり 人参 パイナップル	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 穀物酢 麦茶
14 火	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 ズッキーニとひき肉の玉子焼き ひじきの煮物 オレンジ 麦茶	カルビスヨーグルトかん 麦茶	高野豆腐 味噌 鶏卵 豚肉 油揚げ ヨーグルト	米 ジャが芋 油 カルビス 砂糖 マンナビスケット	干しいたけ しめじ 昆布 玉ねぎ ズッキーニ ひじき しらたき 人参 グリーンピース オレンジ 寒天 パン缶	水 トマトケチャップ 万能つゆ 麦茶
15 水	クラッカー 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉と野菜の炒め物 納豆和え チーズ 麦茶	ココア蒸しパン 牛乳	味噌 鶏肉 納豆 チーズ 牛乳	米 さつまいも 小切麩 油 薄力粉 砂糖 クラッカー	干しいたけ 万能ねぎ 昆布 玉ねぎ 人参 ビーマン 白菜 ほうれん草 ココア	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん 麦茶 ベーキングパウダー ココア
16 木	ウエハース 麦茶	ゆかりご飯 味噌汁 たらの和風パン粉焼き かぼちゃの煮物 パイナップル 麦茶	ミルクゼリーきな粉かけ 麦茶	油揚げ 味噌 たら 牛乳 きな粉	米 薄力粉 パン粉 油 砂糖 ウエハース	ゆかり 干しいたけ 大根 昆布 にんにく しょうが 青のり 南瓜 パイナップル アガー	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 みりん 麦茶
17 金	ビスケット 麦茶	★お誕生日会★ 野菜パン オニオンスープ 鶏肉のピザ風焼き 野菜ソテー プリン 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	鶏肉 チーズ 牛乳 クリーム	野菜パン 油 プリンの素 米 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 ぱせり ビーマン キャベツ しめじ わかめご飯の素	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 麦茶
21 火	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 赤魚のごま風味焼き 切干大根サラダ パイナップル 麦茶	サーターアングギー 牛乳	油揚げ 味噌 赤魚 鶏卵 牛乳	米 ごま 砂糖 ごま油 油 薄力粉 マンナビスケット	干しいたけ キャベツ 小松菜 昆布 切干大根 人参 コーン パイナップル	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 穀物酢 麦茶 ベーキングパウダー
22 水	クラッカー 麦茶	ご飯 ドライカレー マカロニサラダ ゼリー(オレンジ味) 麦茶	ゆでとうもろこし 牛乳	豚肉 牛乳	米 油 マカロニ ノンエッグマヨネーズ オレンジゼリーの素 クラッカー	玉ねぎ 人参 きゅうり とうもろこし	水 カレールウ トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶
23 木	ウエハース 麦茶	【大暑】わかめご飯 味噌汁 天ぷら(えび・かぼちゃ) 大根のおかか和え スイカ 麦茶	フルーチェ 麦茶	木綿豆腐 味噌 えび かつお節 牛乳	米 薄力粉 片栗粉 油 フルーチェ ウエハース	わかめご飯の素 干しいたけ キャベツ しめじ 昆布 南瓜 大根 人参 すいか	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶
24 金	ビスケット 麦茶	味噌ラーメン お手のサラダ チーズ 牛乳	塩昆布おにぎり 小魚 麦茶	豚肉 味噌 チーズ 牛乳 煮干し	中華麺 ごま油 ジャが芋 さつまいも ノンエッグマヨネーズ 米 マンナビスケット	キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり 塩昆布	チキンスープの素 水 料理酒 みりん 塩 麦茶
27 月	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め なめたけ和え オレンジ 麦茶	チーズコーンブレッド 牛乳	油揚げ 味噌 豚肉 牛乳 チーズ	米 油 強力粉 薄力粉 砂糖 無塩バター ウエハース	干しいたけ 切干大根 なす 昆布 玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 なめ豆 オレンジ コーン	水 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 麦茶 ドライイースト
28 火	ビスケット 麦茶	冷やし中華 ジャーマンポテト パイナップル 麦茶	ふりかけおにぎり 麦茶	鶏卵 鶏肉 ウインナー ふりかけかつお	中華麺 油 砂糖 ごま油 ごま ジャが芋 米 マンナビスケット	きゅうり トマト 玉ねぎ ぱせり パイナップル	水 チキンスープの素 穀物酢 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
29 水	クラッカー 麦茶	豚丼 味噌汁 もやしのマヨ和え パナナ 麦茶	ココアちんすこう 牛乳	豚肉 木綿豆腐 味噌 牛乳	米 油 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 クラッカー	玉ねぎ グリンピース 干しいたけ 白菜 小松菜 昆布 もやし 人参 コーン パナナ	水 料理酒 万能つゆ 塩 麦茶 ベーキングパウダー ココア
30 木	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 さばの唐揚げ キャベツの塩昆布和え ジョア 麦茶	ゼリー(青りんご味) 麦茶	味噌 さば ジョア	米 小切麩 片栗粉 油 青りんごゼリーの素 ウエハース	干しいたけ 大根 ほうれん草 昆布 しょうが キャベツ 人参 塩昆布	水 こいくちしょうゆ 料理酒 麦茶
31 金	ビスケット 麦茶	麦ご飯 夏野菜カレー ごまサラダ パイナップル 牛乳	レーズン蒸しパン 麦茶	豚肉 牛乳	米 押し麦 ジャが芋 油 砂糖 ごま ごま油 薄力粉 マンナビスケット	玉ねぎ 人参 なす トマト もやし 小松菜 パイナップル レーズン	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 麦茶

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	目標量	550	19.3	15.9	300	1.5
乳児	平均量	573	20.5	17.4	293	1.5
乳児	目標量	481	16.8	13.9	225	1.3
	平均量	472	16.4	14.3	290	1.3

☆図の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。