



令和6年7月分献立表



大府市公私立保育園
令和6年6月14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
		黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	調味料・その他			たんぱく質
		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				脂質／塩分 ()は未満児
1 月 ○	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 菓子（おこさませんべい）	牛乳 菓子（えびちび）	544.6(499.3) 26.6(23.3) 12.1(11.3) 2.9(2.5)
2 火 ○	ごはん 麻婆豆腐 酢和え	米、砂糖、春雨、サラダ油、片栗粉、ごま油	豆腐、豚挽、チキンハム、味噌	人参、きゅうり、もやし、ねぎ、生姜	酢、醤油、酒、中華スープの素、塩	牛乳 メロン	牛乳 ◆クッキー入パウンドケーキ(米粉パウンドケーキ用)、サラダ油、豆乳、クッキー	641.7(563.3) 25.7(22.5) 22.2(19.3) 1.7(1.4)
3 水 ○	ウインナースパゲティ トマトときゅうりのサラダ ヨーグルト（もも）	スパゲティ、砂糖、サラダ油	ヨーグルト(もも)、ウインナー	トマト、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーンホール缶、きゅうり	トマトケチャップ、酢、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 オレンジ	野菜ジュース（白ぶどう&ほうれん草） 菓子（さくっとあられ）	522.8(528.1) 13.9(15.2) 18.4(18.8) 2.1(1.8)
4 木 ○	クロロール ビーフンのコンソープ 野菜サラダ	クロロール、じゃが芋、ノンエッグマヨネーズドレッシング、ビーフン、サラダ油	若鶏、チキンハム	キャベツ、玉ねぎ、人参、コーンホール缶、きゅうり、オクラ	コンソメスープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 ◆五平餅(米、砂糖、片栗粉、白ごま、醤油、酒、みりん)	538.5(506.9) 19.0(17.5) 20.9(19.0) 2.4(2.0)
5 金 ○	カレーそば オクラの中華スープ 七夕星ものがたり	米、砂糖、ごま油、サラダ油	鶏挽、わかめ	玉ねぎ、コーンホール缶、人参、ねぎ、オクラ、えのきたけ、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、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子（源氏パイ）	446.5(418.9) 15.5(14.5) 14.4(13.8) 1.3(1.1)
6 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		
8 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（ハッピーターン）	569.4(510.8) 24.5(21.3) 19.1(17.3) 1.9(1.6)
9 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 ◆揚げパン(パウンドロール、サラダ油、きな粉、砂糖、塩)	639.0(590.4) 32.5(28.8) 19.4(18.2) 2.8(2.3)
10 水 ○	冷やし中華 メロン	中華そば、砂糖、ごま油	チキンハム	メロン、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（ふんわりソフトせん）	牛乳 ◆野菜マヨ(米粉パウンド、じゃが芋、砂糖、サラダ油、豆乳、人参)	495.7(437.6) 20.0(17.6) 11.9(11.1) 2.1(1.8)
11 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、味噌、豚挽、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 オレンジ	牛乳 菓子（ミレービスケット）	571.7(511.4) 25.4(22.1) 18.2(16.4) 2.6(2.1)
12 金 ○	クロロール さわらのパン粉焼き 野菜サラダ 野菜スープ	クロロール、ノンエッグマヨネーズドレッシング、米粉（パン粉）、オリーブ油	さわら	キャベツ、人参、玉ねぎ、きゅうり、パセリ	コンソメスープの素、酒、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子（あけびの実パウンドケーキ）(レモン)	620.1(588.4) 23.8(22.0) 36.8(32.7) 2.0(1.8)
13 土	おにぎり（鮭・鮭） フルーツゼリー（もも）	おにぎり（鮭・鮭）		フルーツゼリー（もも）		ヨーグルト		
16 火 ○	しらすコーンごはん ごまだれサラダ 大根とねぎの味噌汁	米、砂糖	味噌、しらす、油揚げ、わかめ	大根、コーンホール缶、人参、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	削り節、醤油、酢、だし昆布、わかめご飯の素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（古代米せんべい）（2枚）	506.0(467.5) 18.6(16.9) 14.0(13.6) 2.8(2.5)
17 水 ○	夏野菜のカレーライス トマトときゅうりのサラダ 飲むヨーグルト	米、砂糖、サラダ油	飲むヨーグルト、豚平	トマト、玉ねぎ、かぼちゃ、人参、なす、コーンホール缶、きゅうり、ピーマン	カレールー、酢、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）	アイスクリーム	530.9(550.5) 11.3(13.3) 9.8(11.8) 2.0(1.8)
18 木 ○	ミルクロール ハンバーグのトマトソース 野菜スープ	ミルクロール、米粉（パン粉）、サラダ油、砂糖	豚挽、ウインナー、豆乳	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、パセリ	トマトケチャップ、コンソメスープの素、ソース、塩	牛乳 メロン	◆ヨーグルト和え(ヨーグルト、砂糖、黄桃缶、バナナ、みかん缶、パイン缶)	433.3(461.4) 17.7(18.9) 18.4(19.3) 2.3(2.1)
19 金 ○	ごはん さけの味噌焼き キャベツときゅうりのナムル わかめとえのきのすまし汁	米、ごま油、砂糖、サラダ油	さけ、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ねぎ、きゅうり、えのきたけ、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、みりん、中華スープの素、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（ほしたべよ）	527.9(489.7) 27.4(26.0) 12.5(12.0) 1.6(1.4)
20 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		
22 月 ○	ごはん 三色青椒肉絲 玉ねぎと人参の味噌汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油、片栗粉	豚平、味噌	人参、玉ねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、だけのこ、ねぎ、生姜	醤油、酒、削り節、だし昆布、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子（アスパラガスビスケット）	574.1(521.8) 25.2(22.3) 18.5(16.6) 2.3(1.9)
23 火 ○	ごはん カレー肉じゃが 豆腐とわかめの味噌汁	米、じゃが芋、サラダ油、砂糖	豚平、豆腐、味噌、わかめ	玉ねぎ、糸こんにゃく、人参、ねぎ、干しいたけ	削り節、醤油、だし昆布、みりん、カレー粉	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆とうもろこし(とうもろこし、塩)	548.1(484.6) 24.7(21.5) 15.5(14.0) 2.2(1.8)
24 水 ○	冷麦 やさいゼリー	ひやむぎ、砂糖	ツナ	やさいゼリー、トマト、きゅうり、干しいたけ	醤油、削り節、みりん、だし昆布、塩	牛乳 菓子（ふんわりソフトせん）	牛乳 ◆コーンポトフ(薄切り食パン、ノンエッグマヨネーズドレッシング、ツナ、コーンホール缶)	569.2(511.7) 24.4(21.6) 22.1(19.4) 4.2(3.4)
25 木 ○	ごはん どんかつの胡麻味噌かけ 付け合せ 中華わかめスープ	米、米粉（パン粉）、ノンエッグマヨネーズドレッシング、上新粉、砂糖、サラダ油、ごま油	豚ヒレ肉、赤味噌、わかめ	キャベツ、人参、ねぎ、えのきたけ、白ごま、パセリ	中華スープの素、塩、みりん、ソース	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子（ほろほろ焼き）	749.0(646.9) 29.0(24.9) 28.2(24.3) 1.3(1.1)
26 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、なす、ピーマン、ねぎ、うめ干し、白ごま	削り節、醤油、だし昆布、酒、塩	牛乳 メロン	牛乳 菓子（あけびの実クッキー）（プレーン）	532.8(492.1) 21.1(19.0) 16.5(15.6) 2.8(2.3)
27 土	おにぎり（鮭・鮭） やさいゼリー	おにぎり（鮭・鮭）		やさいゼリー		ヨーグルト		
29 月 ○	なす味噌丼 キャベツとツナの和え物 人参とわかめのすまし汁	米、砂糖、サラダ油	豚挽、ツナ、赤味噌、わかめ	なす、玉ねぎ、きゅうり、キャベツ、人参、ねぎ、白ごま	酢、削り節、醤油、酒、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子（あげせんべい）	622.5(559.0) 23.8(20.8) 24.2(22.1) 2.6(2.2)
30 火 ○	レーズンロール 鶏もも肉とカラフル野菜 野菜スープ	レーズンロール、オリーブ油	若鶏	玉ねぎ、人参、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（おこさませんべい）	◆フルーツポンチ(黄桃缶、みかん缶、パイン缶、バナナ、砂糖)	327.6(379.3) 16.2(17.6) 10.9(12.9) 1.9(1.5)
31 水 ○	焼きそば オクラの中華スープ すいか	焼きそば、サラダ油、ごま油	豚平、わかめ	すいか、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、オクラ、えのきたけ	ソース、中華スープの素、花かつお、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 菓子（おこめほん棒）	488.1(458.0) 19.0(16.9) 14.3(13.0) 1.8(1.5)

◆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。