



令和8年7月分献立表



大府市公私立保育園
令和8年6月1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				
		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	調味料・その他			
1 水 ○	スパゲティミートソース 野菜サラダ すいか	スパゲティ、ノンエッグマヨネーズドレッシング、サラダ油、砂糖	豚挽	すいか、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、きゅうり、コーンホール缶	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(がんばれ野菜家族)	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 菓子(おにぎりせんべい・塩)	474.7(172.1) 13.0(4.2) 15.5(3.9) 1.9(0.3)
2 木 ○	ごはん 麻婆豆腐 キャベツときゅうりのナムル	米、サラダ油、ごま油、片栗粉、砂糖	豆腐、豚挽、味噌	キャベツ、人参、ねぎ、きゅうり、生姜	醤油、酒、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 ◆ラスク(薄切り食パン、バター、グラニュー糖)	604.4(245.7) 23.3(8.2) 24.3(12.3) 1.5(0.5)
3 金 ○	大根とさんまの炊き込みごはん 拌三絲 豆腐とねぎの味噌汁	米、春雨、砂糖、ごま油、サラダ油	豆腐、さんま(味付)、チキンハム、味噌、わかめ	大根、きゅうり、人参、ねぎ、生姜	醤油、削り節、酒、だし昆布、酢	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ひとくちしょうゆせん)	546.7(205.5) 22.2(7.4) 18.9(11.3) 3.0(0.4)
4 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		
6 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、わかめ	大根、人参、糸こんにゃく、玉ねぎ、えのきたけ	醤油、削り節、酒、だし昆布	牛乳 菓子(おこさませんべい)	牛乳 菓子(ほしたべよ)	546.2(229.7) 25.3(8.5) 13.1(7.9) 3.1(0.5)
7 火 ○	カレーそばろごはん ウインナーとキャベツのスープ 七タゼリー	米、砂糖、サラダ油	鶏挽、ウインナー	玉ねぎ、キャベツ、人参、コーンホール缶、干しいたけ、セタゼリー	コンソメスープの素、醤油、カレー粉、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 ◆野菜マフィン(米粉パウダー(パンケーキ用)、じゃが芋、人参、砂糖、サラダ油、豆乳)	511.5(214.4) 18.2(8.6) 14.9(8.5) 2.3(0.4)
8 水 ○	醤油ラーメン かぼちゃサラダ	中華そば、ノンエッグマヨネーズドレッシング、砂糖、ごま油	チキンハム、わかめ	かぼちゃ、コーンホール缶、キャベツ、人参、きゅうり、ねぎ	醤油、中華スープの素、塩	牛乳 黄桃缶	牛乳 ◆五平餅(米、砂糖、赤味噌、白ごま、みりん)	574.4(256.8) 17.9(8.4) 18.0(8.4) 2.4(0.5)
9 木 ○	ごはん 卵のふわふわ焼き トマト なすと油揚げの味噌汁	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、なす、人参、ねぎ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家族)	牛乳 きらきら星のおせんべい	534.7(194.9) 23.7(7.2) 20.3(10.6) 2.3(0.4)
10 金 ○	味噌ごはん ごま和え 豆腐とえのきの味噌汁	米、砂糖、サラダ油	豆腐、若鶏、味噌、油揚げ	人参、もやし、きゅうり、ごぼう、ねぎ、えのきたけ、糸こんにゃく、白ごま、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 みかん缶	牛乳 菓子(あけびの実パウンドケーキ)(レモン)	560.9(241.7) 23.1(7.9) 19.0(12.6) 2.6(0.2)
11 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		
13 月 ○	ごはん キャベツと豚肉の味噌炒め 豆腐とねぎのすまし汁	米、サラダ油、砂糖、ごま油	豚平、豆腐、味噌、わかめ	キャベツ、人参、ピーマン、ねぎ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(えびちび)	529.5(185.8) 24.6(7.6) 17.8(7.7) 2.0(0.3)
14 火 ○	ミルクロール 鶏肉のケチャップ炒め 野菜スープ	ミルクロール、砂糖、サラダ油	若鶏	玉ねぎ、人参、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン	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 菓子(おこさませんべい)	◆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、バナナ、みかん缶、パイナップル)	347.2(175.6) 18.2(5.1) 8.2(4.2) 2.1(0.2)
15 水 ○	夏野菜のカレーライス ハムとコーンのサラダ	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	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 みかん缶	アイスクリーム	496.8(164.1) 11.5(4.9) 17.9(5.9) 2.1(0.1)
16 木 ○	わかめごはん 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	人参、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 菓子(がんばれ野菜家族)	牛乳 ◆ウインナーパンケーキ(米粉パウダー(パンケーキ用)、サラダ油、豆乳、ウインナー)	581.3(231.7) 27.1(9.2) 17.7(10.3) 2.6(0.5)
17 金 ○	梅鮭ごはん 三色きんぴら炒め 豆腐となすの味噌汁	米、じゃが芋、砂糖、サラダ油	豆腐、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	醤油、削り節、だし昆布、酒、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(カルシウムせん)	512.1(198.4) 21.4(7.4) 14.0(7.7) 2.7(0.2)
18 土	いなり寿司 フルーツゼリー(りんご)	いなり寿司		フルーツゼリー(りんご)		ヨーグルト		
21 火 ○	野菜たっぷりキーマカレー シーチキンサラダ	米、砂糖、サラダ油	豚挽、ツナ	玉ねぎ、人参、キャベツ、ホールトマト缶、ピーマン、なす、きゅうり	カレールー、りんご酢、ソース、コンソメスープの素	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(ぼたぼた焼き)	595.8(208.6) 21.4(7.6) 21.5(8.9) 1.9(0.5)
22 水 ○	冷やし中華 ジョア(マスカット)	中華そば、砂糖、ごま油	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 黄桃缶	牛乳 ◆カリカリトースト(薄切り食パン、ノンエッグマヨネーズドレッシング、チキンハム)	588.3(236.1) 25.2(8.8) 17.0(12.1) 2.3(0.5)
23 木 ○	ごはん ハンバーグ 付け合せ 野菜スープ	米、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)	◆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)	461.3(153.1) 14.9(4.3) 9.7(4.0) 1.6(0.2)
24 金 ○	ごはん あじの香味焼き 切干大根の中華和え 豆腐となすの味噌汁	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、ごま油	あじ、豆腐、味噌、わかめ	なす、きゅうり、切干大根、人参、ねぎ、コーンホール缶、にんにく	醤油、削り節、酢、酒、だし昆布	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(あけびの実クッキー)(プレーン)	561.7(229.0) 25.3(8.1) 18.6(11.6) 2.4(0.2)
25 土	おにぎり(鮭・鮭) フルーツゼリー(みかん)	おにぎり(鮭・鮭)		フルーツゼリー(みかん)		ヨーグルト		
27 月 ○	なす味噌丼 ごまだれサラダ 人参とわかめのすまし汁	米、砂糖、サラダ油	豚挽、赤味噌、わかめ	なす、人参、玉ねぎ、もやし、きゅうり、キャベツ、ねぎ、生姜、白ごま	醤油、削り節、酢、酒、だし昆布、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(おこめぼん棒)	548.0(209.3) 21.2(7.5) 15.7(7.9) 2.5(0.4)
28 火 ○	ごはん 肉じゃが ほうれん草と油揚げの味噌汁	じゃが芋、米、サラダ油、砂糖	豚平、味噌、油揚げ	玉ねぎ、人参、ほうれん草、糸こんにゃく、えのきたけ、干しいたけ	醤油、削り節、だし昆布、塩	牛乳 菓子(がんばれ野菜家族)	牛乳 菓子(あげせんべい)	594.5(245.7) 23.2(7.6) 21.3(13.9) 2.6(0.7)
29 水 ○	ウインナースパゲティ キャベツとツナの和え物	スパゲティ、砂糖、サラダ油	ウインナー、ツナ、わかめ	玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、きゅうり、白ごま	トマトケチャップ、酢、ソース、コンソメスープの素、塩	牛乳 みかん缶	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、ベーキングパウダー)	653.0(243.8) 22.3(8.8) 32.1(11.2) 2.5(0.3)
30 木 ○	クロロール ミネストローネスープ 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、マカロニ(グルテンフリー)	ウインナー	キャベツ、人参、玉ねぎ、きゅうり	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)	431.2(185.7) 15.4(8.1) 22.5(8.1) 1.8(0.3)
31 金 ○	ツナとわかめの混ぜごはん 酢和え 豆腐とねぎの味噌汁	米、砂糖、春雨	豆腐、ツナ、味噌	人参、きゅうり、もやし、ねぎ、白ごま	酢、削り節、醤油、みりん、だし昆布、わかめご飯の素、塩	牛乳 オレンジ	牛乳 菓子(源氏パイ)	517.2(207.8) 19.3(7.7) 17.3(11.1) 2.1(0.3)

◆は手作りおやつです。

※日にちの欄にO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。