

令和7年
7月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

1 日(火)	2 日(水)	3 日(木)	4 日(金)	5 日(土)	7 日(月)	8 日(火)
ブリッツ	ウエハース	クラッカー	おせんべい	ミルクスティック	野菜スティック	ビスケット
うめじやごぼはん 種のやわらか照りつけ ズボテサラダ 小松菜のみそ汁 果物	ごぼはん さわらの西京焼き 春雨の中華和え 五色汁 果物	ふりかけごぼはん 夏野菜のキッシュ きゅうりのごま塩昆布和え キャベツのみそ汁 果物	ごぼはん カレーの揚げおろし煮 チンゲン菜のナムル 豆腐のみそ汁 果物	牛乳 親子丼 炒り大豆、小魚 果物	七夕の行事食 ビビンバ風ごぼはん 塩漬サラダ 天の川スープ 果物	ごぼはん 粉高野の串とじ 海藻サラダ 根菜汁 果物
五分づき米 御膳し ごま干し じゃがいも 酢 漬塩 にんじん ごま干し ハム マヨネーズ 漬塩	五分づき米 ふりかけ はるまめ きゅうり にんじん ごま干し さわか びんご 三菜類 みりん 調味料 たまねぎ だしじやこ だしじやこ みりん だしじやこ みりん オレンジ	五分づき米 ふりかけ きゅうり もやし にんじん ごま干し ごま干し 三菜類 漬塩 おなす トマト ピーマン コンソメ とろけるチーズ 牛乳 バター	五分づき米 デンゲン菜 もやし にんじん しょうゆ 三菜類 ごま干し カレー しょうが 特製塩 片栗粉 だしじやこ だしじやこ だしじやこ しょうゆ みりん オレンジ	五分づき米 三菜類 しょうゆ みりん だしじやこ 牛乳 かり大豆 小魚 バナナ	五分づき米 三菜類 しょうゆ みりん だしじやこ はるまめ コン ハム オクラ にんじん しょうが だしじやこ しょうゆ ごま干し しょうゆ ごま干し 三菜類 ごま干し オレンジ	五分づき米 生姜焼き 漬塩 おなす たまねぎ ほうろくにん 平たいなげ にんじん しょうゆ 三菜類 みりん 生姜焼き 漬塩 おなす たまねぎ ほうろくにん 平たいなげ にんじん しょうゆ 三菜類 みりん バナナ
手作り みかんゼリー	ポップコーン、芋けんぴ	サブレ、小魚	かりんとう、レーズン	おせんべい	手作り お星さまケーキ	カステラ、あらね

9 日(水)	10 日(木)	11 日(金)	12 日(土)	14 日(月)	15 日(火)	16 日(水)
かりんとう	ポーロ	クラッカー		ブリッツ	クッキー	おせんべい
ごはん あじの南蛮漬け やさいまめ オクラのみそ汁 果物	ごはん 豚肉となすのみそ炒め 小松菜の磯和え ポパイスープ 果物	担々麺類ラーメン ベイクドじゃが もやしの中煮和え 果物	お泊り保育	ふりがけごはん 野菜たっぷり夏マーマーボー ごぼうサラダ きのこ汁 果物	ごはん いわしのかば焼き ポークビーンズ かぼちゃのみそ汁 果物	ごはん 鶏のはちみつチーズ焼き きゅうりのおかか和え おかわかめのみそ汁 果物
五分づき米 水菜大豆 にんにじん ごぼう 油揚げ こんにぶ しょうゆ 料理店 みりん 三温糖 しょうゆ 前 三温糖	五分づき米 小松菜 えのき にんにじん 油揚げ こんにぶ しょうゆ 三温糖 たまご なす たずねま ピーマン ゴーヤ にんにじん 三温糖 みみそ 料理酒 しょうゆ	中や中華類 豚肉とナス にんにじん にんにく ねぎ ごま油 三温糖 しょうゆ みみそ だしこんぶ だじゆこ ねぎごま	三温糖 しょうゆ 赤味噌 小松菜 コンソメ にんにじん じゃがいも 米油 食塩 あおのり	五十分ぎ米 絹ごし豆腐 なまねし たまご なす ごぼう ごぼう にんにじん コーン マヨネーズ しょうゆ ごま バナナ	五十分ぎ米 水菜大豆 にんにじん ごぼう 油揚げ こんにぶ しょうゆ 二温糖 みりん 大根 かぼちゃ たまご たまご にんにじん しょうゆ だいこんぶ だじゆこ みみそ たまご たまご にんにじん おろし しょうゆ 三温糖 ケチャップ 三温糖 しょうゆ 三温糖 食塩 オレンジ	五分づき米 きゅうり キャベツ にんにじん かつお節 しょうゆ 三温糖 おかわかめ たまご たまご にんにじん しょうゆ だじゆこ みみそ たまご たまご にんにじん おろし しょうゆ 三温糖 たまご たまご にんにじん おろし しょうゆ 三温糖 たまご たまご にんにじん おろし しょうゆ 三温糖
ブリッツ、プチゼリー	クラッカー、バナナチップ	おせんべい、炒り大豆、小魚		クラッカー、あられ	ビスケット、チーズ	ミルクスティック、ウエハーパー



令和7年
7月

給食献立予定表

社会福祉法人南河学園
附属国分保育園

17日(木)	18日(金)	19日(土)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
サブシ ごはん ハムと大豆の小豆ぶら ひじきのサラダ 塩こうじみそ汁 果物	ビスケット どうもろこしごはん 鮭の塩焼き もやしの甘酢和え 五目みそ汁 果物	クラッカー 牛乳 中華丼 炒り大豆、小魚 果物	海の日	かりんとう 夏のスタミナ丼 じゃがいもとビーマンの きんぴら キャベツの豆乳みそ汁 果物	クラッカー ごはん さばの竜田揚げ ポピュラー野菜炒め 高野豆腐のみそ汁 果物	ポーロ ごはん 豚肉の梅川風 いんげんのごま酢和え なすのみそ汁 果物
五分づき米 お茶 ハム 大豆水煮 たまねぎ コーン ピーマン 小豆粉 味噌 食塩 食塩	五分づき米 どうもろこし 文庫 おやし きゅうりにんじん 高野豆腐 卵 三菜類 ブロッコリー 小豆粉 しょうゆ みりん 三菜類	五分づき米 飯も 煮込み うずまさ にんじん 干しいたけ		三分づき米 牛肉 たまねぎ もやし にんじん しいたけ みりん 三菜類 果物	五分づき米 きゃべつ たまねぎ にんじん たまねぎ コーン しょうゆ 食塩 味噌	五分づき米 いんげん にんにく もやし 餅 三菜類 しょうゆ みりん バナナ
かりんとう、クッキー	手作り サーターアンダギー	ビスケット		手作り 黒糖蒸しパン	おかき、炒り大豆、小魚	クッキー、レーズン

25 日(金)	26 日(土)	28 日(月)	29 日(火)	30 日(水)	31 日(木)	☆7日の1日あたり平均栄養価
あられ ごはん 手作りカレーコロッケ 切干大根のミルク煮 菜のみそ汁 果物	ビスケット 牛乳 鶏丼 炒り大豆、小魚 果物	ウエハース ごはん 豆腐ハンバーグ ひじきの五目煮 チンゲン菜のスープ 果物	カステラ ごはん 鶏ささみのごまフライ 千草和え きのこのみそ汁 果物	野草スティック ごはん 豚肉のプルコギ炒め きゅうりの小魚和え モロヘイヤのみそ汁 果物	クッキー 主用の蚕の目 ひつまぶしごはん 和風オムレツ 小豆菜の精豆和え かぼちゃのみそ汁 果物	幼児 / 乳児 エネルギー 526cal/486kcal タンパク質 22.4g/19.2g 脂質 15.8g/14.8g カルシウム 284mg/279mg 鉄 3mg/2.3mg 食物繊維 5.8g/4.6g 食塩 1.7g/1.6g
五分づき米 じゃがいも 厚揚げ なす油揚げ にんじん おくら 小豆 卵 パン粉 米油	五分づき米 しょうゆ みりん 三温糖 鶏肉 たけのこ キャベツ ごま バナナ	五分づき米 たいこん しょうゆ みりん 三温糖 本茹で鶏 たまねぎ 舞茸 にんにく わさび しらめ パプリカ 片栗粉 味噌 油 バナナ	五分づき米 ほうろくに華 もしやし ハム 食塩 にんにく 小麦粉 卵 パン粉 ごま 黒ネーズ ケチャップ オレンジ	五分づき米 もも肉 たまねぎ にんにく しらめ しょうゆ 生わかめ 生わかめ たんぱく ごま 三温糖 しょうゆ ごま バナナ	五分づき米 卵 じゃがいも 厚揚げ なす油揚げ にんじん おくら 小豆 卵 パン粉 米油 バナナ	※1日の必要栄養量の 50%(乳児)45%(幼児)を 目標としています。
すゐめ、ブリッツ	おせんべい	サブレ、チーズ	おせんべい、枝豆	ミニメロンパン	かりんとう、小魚	