



令和6年7月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価	
1	月	ビスケット 牛乳	豆腐とツナのソース焼き スパゲティサラダ 牛乳 ごはん	絞り豆腐、ツナ缶、玉葱、パン粉、卵、塩・胡椒、油、ソース、ケチャップ、砂糖 サラダ用スパゲティ、胡瓜、コーン、キャベツ、ツナ缶、トマト、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 牛乳 米	ヨーグルト せんべい 麦茶	エネルギー 540 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 1.3 g	
2	火	せんべい 牛乳	夏野菜カレー ゆかり漬け バナナ 牛乳 ごはん	豚挽肉、ベーコン、じゃが芋、人参、玉葱、ピーマン、なす、トマト、油、カレールウ 大根、胡瓜、ゆかり、塩 バナナ 牛乳 米	かぼちゃ蒸しパン 蒸しパンの素、スキムミルク、水、南瓜 ほうじ茶	エネルギー 602 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 19.6 g 食塩相当量 2.3 g	
3	水	コーンフレーク 牛乳	魚の照り焼き ひじきの炒り煮 豚汁 ごはん	魚、醤油、みりん、砂糖 ひじき、人参、油揚げ、さやいんげん、油、水、かつお節、砂糖、醤油 豚もも肉、大根、人参、つきこんにやく、しめじ、牛蒡、ごま油、ねぎ、みそ、水、かつお節 米	アイスクリーム ウエハース(鉄分入り) 麦茶	エネルギー 566 kcal たんぱく質 26.2 g 脂 質 18.8 g 食塩相当量 1.5 g	
4	木	ビスケット 牛乳	マカロニきんぴら キャベツのしらす和え 牛乳 ごはん	マカロニ、牛蒡、人参、大根、豚もも肉、さつま揚げ、糸こんに、ごま、油、砂糖、みりん、醤油 キャベツ、青菜、コーン、しらす干し、醤油 牛乳 米	カステラ 紅茶	エネルギー 559 kcal たんぱく質 21.1 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 1.6 g	
5	金	ヨーグルト 麦茶	【七夕会食】 枝豆ごはん 鶏肉のかりん揚げ トマトサラダ 七タそうめん汁 七夕ゼリー	米、混ぜごはんの素、むき枝豆(国産) 鶏もも肉、片栗粉、油、砂糖、みりん、醤油、生姜、いりごま トマト、胡瓜、玉葱、酢、油、塩・胡椒、乾燥パセリ 干しそうめん、オクラ、星型スライスなると、水、かつお節、醤油、塩 七夕ゼリー	すいか すいか(小玉) おかし 麦茶	エネルギー 495 kcal たんぱく質 19.0 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.7 g	
6	土	おかし 牛乳	肉じゃが 即席漬け 牛乳 ごはん	豚もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 大根、胡瓜、塩 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 514 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.4 g	
8	月	せんべい 牛乳	肉団子の酢豚風 きゅうりの中華漬け 牛乳 ごはん	肉団子(卵・乳・小麦不使用)、玉葱、人参、ピーマン、油、醤油、砂糖、ケチャップ、酢、片栗粉 胡瓜、塩、砂糖、醤油、酢、ごま油、いりごま 牛乳 米	じゃがバター じゃが芋、バター、塩 麦茶	エネルギー 465 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 15.4 g 食塩相当量 1.6 g	
9	火	ヨーグルト 麦茶	かぼちゃコロッケ フレンチサラダ チーズ(鉄分入り) 牛乳 パン	南瓜、玉葱、鶏挽肉、油、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース キャベツ、人参、コーン、酢、油、塩・胡椒 チーズ(鉄分入り) 牛乳 パン	おかし 麦茶	エネルギー 545 kcal たんぱく質 18.7 g 脂 質 23.5 g 食塩相当量 1.7 g	
10	水	クラッカー 牛乳	ぎせい豆腐 切干大根の煮付け なめこ汁 ひじきごはん	絞り豆腐、鶏挽肉、人参、ゆでたけのこ、生姜、ねぎ、油、卵、グリーンピース、油、砂糖、醤油、水、かつお節、砂糖、醤油、片栗粉 切干大根、人参、油揚げ、さやいんげん、ごま油、砂糖、醤油 なめこ、ねぎ、みそ、水、かつお節 米、ひじきごはんの素	フレンチトースト パン、牛乳、卵、砂糖、バター 牛乳	エネルギー 602 kcal たんぱく質 27.6 g 脂 質 22.3 g 食塩相当量 2.4 g	
11	木	コーンフレーク 牛乳	さばの味噌煮 青菜の海苔和え 牛乳 ごはん	さば、生姜、砂糖、醤油、みそ 青菜、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 牛乳 米	焼きそば 焼きそばめん、豚もも肉、キャベツ、人参、油、ソース 麦茶	エネルギー 526 kcal たんぱく質 25.1 g 脂 質 18.6 g 食塩相当量 1.6 g	
12	金	ビスケット 牛乳	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ わかめの中華スープ ごはん	豚ロース肉、玉葱、生姜、醤油、みりん、油 じゃが芋、人参、胡瓜、ロースハム、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 わかめ、ねぎ、中華だし、塩・胡椒、水 米	きなこバナナ バナナ、きな粉、砂糖、塩 牛乳	エネルギー 591 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 25.4 g 食塩相当量 1.6 g	
13	土	おかし 牛乳	チキンカレー グレープフルーツ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース、油、アレルギー不使用カレールウ グレープフルーツ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 550 kcal たんぱく質 17.1 g 脂 質 15.0 g 食塩相当量 1.5 g	
15	月	海 の 日					
16	火	ヨーグルト 麦茶	大豆のかきあげ きゅうりの土佐和え 牛乳 ごはん	ウインナー、ゆで大豆、玉葱、人参、ピーマン、卵、小麦粉、油、醤油、みりん、砂糖、水 胡瓜、うめ干し、かつお節 牛乳 米	ゆでとうもろこし とうもろこし 麦茶	エネルギー 512 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 21.2 g 食塩相当量 1.2 g	



令和6年7月 給食献立一覧表（3歳未満児）



日付	曜日	午前おやつ	献立名	材 料	午後おやつ	栄養価
17	水	せんべい 牛乳	魚のトマトソースがけ わかめサラダ もやしのコンソメスープ パン	魚、塩・胡椒、小麦粉、油、にんにく、玉葱、バター、トマト缶、コンソメ、砂糖、水、塩・胡椒、乾燥パセリ キャベツ、トマト、胡瓜、わかめ、油、酢、醤油、塩・胡椒 もやし、ベーコン、コンソメ、塩・胡椒、水 パン	アイスクリーム ウエハース(鉄分入り) 麦茶	エネルギー 551 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 22.4 g 食塩相当量 2.4 g
18	木	ビスケット 牛乳	麻婆茄子 おからサラダ 牛乳 ごはん	なす、豚挽肉、玉葱、人参、エリンギ、にら、生姜、にんにく、ごま油、みそ、醤油、酒、片栗粉 おから、ブロッコリー、ロースハム、マヨネーズ、醤油、砂糖 牛乳 米	冷麦 麦茶	エネルギー 524 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 2.6 g
19	金	せんべい 牛乳	【食育の日】 鶏肉の香り焼き キャベツのなめたけ和え 雷汁 マスカットゼリー ごはん	鶏もも肉、玉葱、レモン汁、砂糖、醤油 キャベツ、小松菜、人参、なめたけ、塩 大根、人参、木綿豆腐、ねぎ、ごま油、水、かつお節、みそ マスカットゼリー 米	米粉のタルト お米deタルト 牛乳	エネルギー 575 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 15.1 g 食塩相当量 2.1 g
20	土	おかし 牛乳	そぼろ煮 スティックきゅうり 牛乳 ごはん	豚挽肉、じゃが芋、人参、玉葱、グリーンピース、油、砂糖、醤油、酒 胡瓜、塩 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 510 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 15.9 g 食塩相当量 1.4 g
22	月	せんべい 牛乳	親子煮 ごまあえ 牛乳 ごはん	卵、鶏むね肉、なると、玉葱、人参、えのき茸、みつば、砂糖、醤油、水、かつお節 青菜、もやし、人参、砂糖、醤油、すりごま 牛乳 米	フライドポテト じゃが芋、油、塩 麦茶	エネルギー 470 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 1.6 g
23	火	クラッカー 牛乳	焼き魚 五目煮豆 なすのみそ汁 ごはん	魚、塩 ゆで大豆、人参、つきこんにやく、牛蒡、昆布、砂糖、醤油 なす、オクラ、みそ、煮干し、水 米	ホットサンド 牛乳	エネルギー 586 kcal たんぱく質 30.1 g 脂 質 19.9 g 食塩相当量 2.3 g
24	水	ビスケット 牛乳	スバゲティミートソース コールスローサラダ グレープフルーツ 牛乳	スバゲティ、合挽肉、玉葱、人参、マッシュルーム缶、油、グリーンピース、ケチャップ、ソース、ハヤシルウ、粉チーズ キャベツ、人参、ピーマン、コーン、マヨネーズ、プレーンヨーグルト、砂糖、塩・胡椒 グレープフルーツ 牛乳	キャラメルプリン キャラメルプリンの素、牛乳 せんべい 麦茶	エネルギー 559 kcal たんぱく質 21.3 g 脂 質 20.7 g 食塩相当量 1.5 g
25	木	ヨーグルト 麦茶	豆腐のあんかけ 酢の物 牛乳 ごはん	木綿豆腐、砂糖、醤油、人参、えのき茸、豚挽肉、ピーマン、玉葱、油、砂糖、醤油、片栗粉 胡瓜、わかめ、しらす干し、酢、塩、砂糖 牛乳 米	ホットケーキ 紅茶	エネルギー 503 kcal たんぱく質 21.5 g 脂 質 16.4 g 食塩相当量 1.7 g
26	金	せんべい 牛乳	タンダーチキン 大根とハムのサラダ コーンポタージュ パン	鶏もも肉、にんにく、生姜、塩、醤油、カレー粉、プレーンヨーグルト 大根、人参、胡瓜、ロースハム、油、酢、塩・胡椒 コーン(うらごし)、牛乳、生クリーム、コンソメ、塩・胡椒、乾燥パセリ パン	枝豆おにぎり ほうじ茶	エネルギー 565 kcal たんぱく質 26.0 g 脂 質 22.2 g 食塩相当量 2.1 g
27	土	おかし 牛乳	肉野菜炒め バナナ 牛乳 ごはん	豚もも肉、しめじ、チンゲン菜、玉葱、人参、もやし、油、砂糖、みりん、醤油 バナナ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 569 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.1 g
29	月	ビスケット 牛乳	インド煮 即席漬け 牛乳 ごはん	じゃが芋、つきこんにやく、豚もも肉、さつま揚げ、人参、玉葱、油、砂糖、ケチャップ、醤油、カレー粉 かぶ、胡瓜、塩 牛乳 米	りんごゼリー ゼリーの素、水、りんごジュース せんべい 麦茶	エネルギー 513 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 13.0 g 食塩相当量 1.5 g
30	火	コーンフレーク 牛乳	ひじき入り厚焼卵 南瓜の甘煮 えのき茸のみそ汁 ごはん	人参、玉葱、鶏挽肉、ひじき、油、砂糖、塩、酒、水、かつお節、卵、油 南瓜、砂糖、醤油 えのき茸、オクラ、みそ、煮干し、水 米	原宿ドッグ 牛乳	エネルギー 578 kcal たんぱく質 22.0 g 脂 質 21.0 g 食塩相当量 1.7 g
31	水	ビスケット 牛乳	モロのフライ 春雨サラダ トマト 牛乳 ごはん	モロ、塩・胡椒、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース 乾燥春雨、人参、胡瓜、ロースハム、醤油、酢、塩、ごま油 トマト 牛乳 米	オレンジ せんべい 麦茶	エネルギー 537 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 22.8 g 食塩相当量 1.5 g

【目標値】エネルギー533kcal、たんぱく質21.3g、脂質17.2g、食塩相当量1.6g(3歳未満児)

【平均値】エネルギー543kcal、たんぱく質21.2g、脂質18.6g、食塩相当量1.7g

※食べたことのない食品・食材がある場合には、必ず事前に職員へお知らせください。

※歯の生え方や咀嚼力等の発育・発達に応じて、練り製品、こんにやく、丸いもの等は切り方や大きさに配慮して調理し、食事の際に声掛けや見守りを行っています。

※食材の調達等の状況により、献立及び食材が一部変更となる場合があります。

※土曜日は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施しています。(飲用牛乳除く)

※毎月19日は食育の日です。19日(金)は3大アレルゲン(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)