



令和7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	火	せんべい 麦茶	夏野菜カレー ゆかり漬け 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 牛乳 米	シャーベット おかし 麦茶	エネルギー 542 kcal たんぱく質 13.1 g 脂 質 17.1 g 食塩相当量 2.0 g
2	水	ヨーグルト 麦茶	魚の照り焼き ひじきの炒り煮 豚汁 ごはん	ぶり、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	オレンジ味フレンチトースト パン、牛乳、オレンジジュース、卵、砂糖、バター 牛乳	エネルギー 559 kcal たんぱく質 28.6 g 脂 質 22.4 g 食塩相当量 1.6 g
3	木	ビスケット 牛乳	マカロニきんぴら キャベツのなめたけ和え 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、小松菜、人参、なめたけ、塩 牛乳 米	ゆでとうもろこし とうもろこし 麦茶	エネルギー 515 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.6 g
4	金	コーンフレーク 牛乳	鶏肉の香り焼き ポテトサラダ なすのみそ汁 ごはん	鶏もも肉、玉葱、レモン汁、砂糖、醤油 じゃが芋、人参、胡瓜、ロースハム、マヨネーズ、酢、塩・胡椒 なす、オクラ、みそ、煮干し、水 米	きなこバナナ バナナ、きな粉、砂糖、塩 牛乳	エネルギー 537 kcal たんぱく質 23.7 g 脂 質 17.3 g 食塩相当量 1.8 g
5	土	おかし 牛乳	肉じゃが スティックきゅうり 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 胡瓜、塩 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 511 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.4 g
7	月	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 七夕そうめん汁 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、水、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 457 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 12.6 g 食塩相当量 1.5 g
8	火	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	スイートポテト さつまいも、バター、砂糖、牛乳、卵 麦茶	エネルギー 535 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 16.2 g 食塩相当量 1.5 g
9	水	コーンフレーク 牛乳	さばの味噌煮 ほうれん草の海苔和え グレープフルーツ 牛乳 ごはん	さば、生姜、砂糖、醤油、みそ ほうれん草、もやし、焼きのり、醤油、水、かつお節 グレープフルーツ 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 537 kcal たんぱく質 25.2 g 脂 質 18.7 g 食塩相当量 1.6 g
10	木	ビスケット 麦茶	かぼちゃコロケ フレンチサラダ 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 牛乳 パン	鮭おにぎり 米、鮭フレーク、いりごま きゅうりの浅漬け 胡瓜、塩 麦茶	エネルギー 545 kcal たんぱく質 16.9 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 1.5 g
11	金	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	黒糖蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、黒砂糖 牛乳	エネルギー 574 kcal たんぱく質 25.0 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 2.1 g
12	土	おかし 牛乳	すき焼き風煮 オレンジ 牛乳 ごはん	豚もも肉、焼き豆腐、糸こんに、人参、玉葱、じゃが芋、油、砂糖、醤油 オレンジ 牛乳 米	ゼリー おかし 麦茶	エネルギー 558 kcal たんぱく質 20.1 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.1 g
14	月	ビスケット 牛乳	麻婆茄子 おからサラダ ゼリー 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 ゼリー 牛乳 米	ホットケーキ ホットケーキ粉、牛乳、卵、バター、ジャム、水 麦茶	エネルギー 574 kcal たんぱく質 19.3 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 1.3 g
15	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	じゃがバター じゃが芋、バター、塩 麦茶	エネルギー 495 kcal たんぱく質 15.2 g 脂 質 21.5 g 食塩相当量 1.4 g
16	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	かじき、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 528 kcal たんぱく質 23.4 g 脂 質 21.9 g 食塩相当量 2.5 g



令和7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	木	ビスケット 牛乳	親子煮 ごまあえ ごはん	卵、鶏むね肉、なると、玉葱、人参、えのき草、みつば、砂糖、醤油、水、かつお節 青菜、人参、砂糖、醤油、すりごま 牛乳 米	冷麦 麦茶	エネルギー 515 kcal たんぱく質 23.2 g 脂 質 13.8 g 食塩相当量 2.9 g	
18	金	せんべい 麦茶	【食育の日】 豚肉の生姜焼き キャベツのしらす和え 雷汁 ごはん	豚ロース肉、玉葱、生姜、醤油、みりん、油 キャベツ、小松菜、コーン、しらす干し、醤油 大根、人参、木綿豆腐、ねぎ、ごま油、水、かつお節、みそ 米	米粉のタルト お米deタルト 牛乳	エネルギー 540 kcal たんぱく質 21.6 g 脂 質 18.7 g 食塩相当量 1.6 g	
19	土	おかし 牛乳	チキンカレー スティックきゅうり 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パウダー 胡瓜、塩 牛乳 米	おかし 麦茶	エネルギー 506 kcal たんぱく質 16.6 g 脂 質 14.2 g 食塩相当量 1.8 g	
21	月	海 の 日					
22	火	ヨーグルト 麦茶	豆腐のあんかけ 即席漬け 牛乳 ごはん	木綿豆腐、砂糖、醤油、人参、えのき草、豚挽肉、ピーマン、玉葱、油、砂糖、醤油、片栗粉 かぶ、胡瓜、塩 牛乳 米	かぼちゃドーナツ 麦茶	エネルギー 514 kcal たんぱく質 19.8 g 脂 質 20.2 g 食塩相当量 1.4 g	
23	水	せんべい 牛乳	タンドリーチキン 大根とハムのサラダ コンポータージュ 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 麦茶	エネルギー 529 kcal たんぱく質 27.1 g 脂 質 17.8 g 食塩相当量 2.1 g	
24	木	クラッカー 牛乳	焼き魚 五目煮豆 じゃがいものみそ汁 ごはん	鮭、塩 ゆで大豆、人参、つきこんにやく、牛蒡、昆布、砂糖、醤油 じゃが芋、玉葱、オクラ、みそ、煮干し、水 米	ウインナーパイ 牛乳	エネルギー 562 kcal たんぱく質 28.4 g 脂 質 22.1 g 食塩相当量 2.0 g	
25	金	ビスケット 牛乳	スパゲティミートソース コールスローサラダ メロン 牛乳	スパゲティ、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 メロン 牛乳	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 543 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 18.3 g 食塩相当量 1.4 g	
26	土	おかし 牛乳	肉野菜炒め バナナ 牛乳 ごはん	鶏もも肉、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 544 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 14.9 g 食塩相当量 1.0 g	
28	月	ビスケット 牛乳	肉じゃが 酢の物 牛乳 ごはん	牛もも肉、じゃが芋、人参、玉葱、糸こんにやく、油、砂糖、醤油、酒 胡瓜、わかめ、しらす干し、酢、塩、砂糖 牛乳 米	ココアプリン ココアプリンの素、牛乳 せんべい 麦茶	エネルギー 543 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 15.4 g 食塩相当量 1.6 g	
29	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 えのき草、オクラ、みそ、煮干し、水 米	マカロニあべかわ 牛乳	エネルギー 537 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 1.6 g	
30	水	ビスケット 牛乳	魚のフライ 春雨サラダ トマト 牛乳 ごはん	魚、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 566 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.3 g	
31	木	せんべい 麦茶	鶏肉のさっぱり煮 おかか和え 牛乳 ごはん	鶏手羽肉、卵、酢、醤油、砂糖、生姜、にんにく 青菜、人参、コーン、醤油、かつお節 牛乳 米	焼きサンド 麦茶	エネルギー 550 kcal たんぱく質 28.8 g 脂 質 16.7 g 食塩相当量 2.7 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535kcal、たんぱく質21.2g、脂質17.6g、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。

※青菜は、ほうれん草または小松菜を使用します。

※土曜日は3大アレルギー(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。18日(金)は3大アレルギー(卵・乳・小麦)不使用の献立を実施します。(飲用牛乳除く)