

# 給食献立表

普通食



令和6年7月

エンゼルステーション保育園

日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
7月1日	麦ごはん ニラハンバーグ 和風サラダ 味噌汁	りんごケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、 ホットケーキミックス	豚挽肉、鶏卵、かまぼこ、切 り干し大根、わかめ、味噌、 鰹粉、ヨーグルト、牛乳、い りこ	にら、玉ねぎ、人参、キャベ ツ、とうもろこし、りんご、 レーズン	533	22.0	14.5	2.2
7月2日	麦ごはん 炒り豆腐 ほうれん草のバターソテー 味噌汁	じゃが芋もち いりこ	米、麦、砂糖、油、バター、 じゃがいも、片栗粉	豆腐、鶏ひき肉、ひじき、味 噌、鰹粉、青のり、いりこ	人参、ねぎ、ほうれん草、と うもろこし、茄子、玉ねぎ	421	13.4	8.5	1.8
7月3日	麦ごはん タラのカレーフライ ひじきの炒め煮 味噌汁	おせんべい 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、カレー 粉、油、大豆、砂糖、こ ま油、餅米	たら、ひじき、油揚げ、しら ず、鰹粉、味噌、牛乳、いり こ	ハセリ、人参、さやいんげ ん、キャベツ、玉ねぎ	499	21.6	13.1	1.7
7月4日	鮭ご飯 ささ身と春雨の和え物 メロン コンソメスープ	南瓜ドーナツ いりこ	米、麦、ごま、春雨、マヨ ネーズ、ホットケーキミック ス	鮭、鶏ささみ、いりこ	しめじ、ねぎ、人参、胡瓜、 メロン、南瓜	452	16.8	7.2	1.7
7月5日	七夕そうめん チキンのレモン風味焼き キャベツのおひたし スイカ	きらきらサンド 牛乳 いりこ	そうめん、食パン、いちご ジャム、マーマレード	豚肉、鶏肉、鰹節、牛有、い りこ	玉ねぎ、人参、オクラ、ね ぎ、レモン果汁、ニンニク、 キャベツ、スイカ	559	28.7	19.8	3.5
7月8日	麦ごはん 肉じゃが ごぼうサラダ 味噌汁	黒糖ケーキ いりこ	米、麦、じゃがいも、白滝、 油、砂糖、マヨネーズ、こ ま、ホットケーキミックス、 バター、黒砂糖	豚肉、味噌、鰹粉、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげ ん、ごぼう、胡瓜、とうもろ こし、小松菜、えのきだけ	534	14.8	13.9	1.8
7月9日	麦ごはん 鶏肉の胡麻揚げ 切り干し大根と豆のサラダ 味噌汁	小松菜蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、ごま、片栗粉、油、 大豆、砂糖、ごま油、さつま いも、蒸しパンミックス	鶏肉、切り干し大根、ハム、 味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	枝豆、胡瓜、ねぎ、小松菜	552	22.5	21.5	1.4
7月10日	麦ごはん カジキのピザ風味焼き ねばねば和え 味噌汁	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、マリービスケット、 マシュマロ	めかじき、チーズ、鰹節、生 揚げ、味噌、鰹粉、牛乳、い りこ	ビーマン、モロヘイヤ、オク ラ、人参、茄子	434	23.1	12.9	1.4
7月11日	焼きそば マカロニサラダ スイカ	ココアスコーン いりこ	中華麺、油、マカロニ、マヨ ネーズ、小麦粉、ベーキング パウダー、ココア、砂糖、パ ター	豚肉、青のり、ハム、牛乳、 いりこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、椎 茸、胡瓜、とうもろこし、す いか	496	16.8	16.2	1.4
7月12日	麦ごはん 豚肉と茄子のカレー炒め 紅白煮 チンゲン菜のスープ	とうもろこし 牛乳 いりこ	米、麦、油、カレー粉、じゃ がいも、砂糖、胡麻油	豚肉、ツナ、牛乳、いりこ	茄子、ビーマン、人参、青梗 菜、えのきだけ、とうもろこ し	462	19.4	10.8	1.0
7月16日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ ラタトゥイユ バナナ	黒ごまクッキー いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗 粉、オリーブオイル、小麦 粉、ごま、ベーキングパウ ダー、バター	豆腐、ツナ、鶏卵、いりこ	玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、 ビーマン、パプリカ、ニンニ ク、トマト、バナナ	533	17.0	13.1	1.5
7月17日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き インゲンと人参の胡麻和え 味噌汁	チーズジャムパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン 粉、ごま、コッペパン、マー マレード	鮭、油揚げ、味噌、鰹粉、ク リームチーズ、牛乳、いりこ	さやいんげん、人参、モロヘ イヤ	551	24.7	15.5	1.9
7月18日	サラダそうめん ポテトサラダ メロン	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	そうめん、ごま、じゃがい も、マヨネーズ、白玉粉、油	ツナ、牛乳、チーズ、いりこ	トマト、胡瓜、人参、とうも ろこし、枝豆、メロン	508	19.0	17.2	2.8
7月19日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 シルバーサラダ 味噌汁	芋ようかん いりこ	米、麦、砂糖、春雨、マヨ ネーズ、さつまいも	鶏肉、ハム、味噌、鰹粉、寒 天、いりこ	生姜、胡瓜、人参、茄子、玉 ねぎ	533	19.0	17.7	1.5
7月22日	麦ごはん ホークビーンズ モロヘイヤ納豆 味噌汁	ヨーグルトパン いりこ	米、麦、大豆、油、砂糖、 じゃがいも、小麦粉、ベーキ ングパウダー、マーマレード	豚挽肉、納豆、海苔、わか め、味噌、鰹粉、ヨーグル ト、いりこ	人参、玉ねぎ、茄子、モロヘ イヤ	558	21.9	13.5	2.1
7月23日	和風スパゲティ ジャーマンポテト バナナ	とうもろこし 牛乳 いりこ	スパゲティ、オリーブオイ ル、じゃがいも	ハム、海苔、ベーコン、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、人参、えのきだけ、 椎茸、なめこ、バナナ、と うもろこし	521	20.4	14.8	1.5
7月24日	麦ごはん いわしの胡麻揚げ ばりばりサラダ 中華スープ	味噌蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、ごま、油、 コーンフレーク、砂糖、胡麻 油、蒸しパンミックス	イワシ、鶏卵、うえあかめ、 味噌、牛乳、いりこ	生姜、小松菜、もやし、トマ ト、人参、胡瓜、椎茸	457	19.0	15.5	1.1
7月25日	麦ごはん 鶏ときのこの卵とじ ブロッコリーのオーロラ和え 味噌汁	レモンシュガートースト いりこ	米、麦、マヨネーズ、食パ ン、バター、グラニュー糖	鶏肉、鶏卵、豆腐、味噌、鰹 粉、いりこ	人参、玉ねぎ、えのきだけ、 しめじ、ブロッコリー、オク ラ、レモン果汁	523	21.4	18.0	2.0
7月26日	夏野菜カレー 小松菜のソテー スイカ	ベジタブルホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、カレーパウ、 ホットケーキミックス	豚肉、ベーコン、牛乳、いり こ	人参、玉ねぎ、南瓜、トマ ト、茄子、生姜、ニンニク、 小松菜、とうもろこし、スイ カ、グリーンピース	595	18.8	17.5	3.4
7月29日	三色ご飯 けんちん煮 バナナ	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、砂糖、油、里芋	鶏ひき肉、鶏卵、鰹粉、豆 腐、寒天、いりこ	生姜、人参、大根、ごぼう、 バナナ、オレンジ果汁、みか ん	466	18.2	9.8	1.5
7月30日	麦ごはん チンジャオロース 春雨のソテー わかめスープ	きな粉マフィン いりこ	米、麦、油、砂糖、片栗粉、 春雨、胡麻油、ごま、小麦 粉、きな粉、ベーキングパウ ダー	豚肉、わかめ、鶏卵、いりこ	筍、パプリカ、ビーマン、レ タス、とうもろこし、人参、 ねぎ	561	21.2	16.0	1.7
7月31日	麦ごはん タラのマヨネーズ焼き 五目豆 味噌汁	ポテトクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、大豆、 砂糖、じゃがいも、小麦粉、 ベーキングパウダー、バター	たら、こんぶ、生揚げ、味 噌、鰹粉、スキムミルク、牛 乳、いりこ	人参、玉ねぎ、ハセリ、ごぼ う、蓮根、椎茸、ほうれん草	544	27.8	14.3	1.8



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。  
※( )で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。



# 給食献立表

卵除去食



令和6年7月

エンゼルステーション保育園

日付	献立	おやつ	熱やかになるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
7月1日	麦ごはん ニラハンバーグ 和風サラダ 味噌汁	りんごケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、 ホットケーキミックス	豚挽肉、切り干し大根、わかめ、 味噌、鰹粉、ヨーグルト、牛乳、 いりこ	にら、玉ねぎ、人参、キャベツ、 とうもろこし、りんご、レーズン	533	22.0	14.5	2.2
7月2日	麦ごはん 炒り豆腐 ほうれん草のバターソテー 味噌汁	じゃが芋もち いりこ	米、麦、砂糖、油、バター、 じゃがいも、片栗粉	豆腐、鶏ひき肉、ひじき、味噌、 鰹粉、青のり、いりこ	人参、ねぎ、ほうれん草、とうもろこし、 茄子、玉ねぎ	421	13.4	8.5	1.8
7月3日	麦ごはん タラのカレーフライ ひじきの炒め煮 味噌汁	おせんべい 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、カレー粉、 油、大豆、砂糖、ごま油、餅米	たら、ひじき、油揚げ、しらすず、 鰹粉、味噌、牛乳、いりこ	パセリ、人参、さやいんげん、 キャベツ、玉ねぎ	499	21.6	13.1	1.7
7月4日	鮭ご飯 ささ身と春雨の和え物 メロン コンソメスープ	南瓜ドーナツ いりこ	米、麦、ごま、春雨、マヨドレ、 ホットケーキミックス	鮭、鶏ささみ、いりこ	しめじ、ねぎ、人参、胡瓜、 メロン、南瓜	452	16.8	7.2	1.7
7月5日	七夕そうめん チキンのレモン風味焼き キャベツのおひたし スイカ	きらきらサンド 牛乳 いりこ	そうめん、食パン、いちごジャム、 マーマレード	豚肉、鶏肉、鰹節、牛有、いりこ	玉ねぎ、人参、オクラ、ねぎ、 レモン果汁、ニンニク、キャベツ、 スイカ	559	28.7	19.8	3.5
7月8日	麦ごはん 肉じゃが ごぼうサラダ 味噌汁	黒糖ケーキ いりこ	米、麦、じゃがいも、白滝、 油、砂糖、マヨドレ、ごま、 ホットケーキミックス、バター、 黒砂糖	豚肉、味噌、鰹粉、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、 ごぼう、胡瓜、とうもろこし、 小松菜、えのきたけ	534	14.8	13.9	1.8
7月9日	麦ごはん 鶏肉の胡麻揚げ 切り干し大根と豆のサラダ 味噌汁	小松菜蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、ごま、片栗粉、油、 大豆、砂糖、ごま油、さつまいも、 蒸しパンミックス	鶏肉、切り干し大根、ツナ、 味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	枝豆、胡瓜、ねぎ、小松菜	552	22.5	21.5	1.4
7月10日	麦ごはん カジキのピザ風焼き ねばねば和え 味噌汁	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、マリービスケット、 マシュマロ	めかじき、チーズ、鰹節、生揚げ、 味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	ピーマン、モロヘイヤ、 オクラ、人参、茄子	434	23.1	12.9	1.4
7月11日	焼きそば マカロニサラダ スイカ	ココアスコーン いりこ	中華麺、油、マカロニ、マヨドレ、 小麦粉、ベーキングパウダー、 ココア、砂糖、バター	豚肉、青のり、ツナ、牛乳、 いりこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、 椎茸、胡瓜、とうもろこし、 すいか	496	16.8	16.2	1.4
7月12日	麦ごはん 豚肉と茄子のカレー炒め 紅白煮 チンゲン菜のスープ	とうもろこし 牛乳 いりこ	米、麦、油、カレー粉、 じゃがいも、砂糖、胡麻油	豚肉、ツナ、牛乳、 いりこ	茄子、ピーマン、人参、 青梗菜、えのきたけ、 とうもろこし	462	19.4	10.8	1.0
7月16日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ ラタトゥイユ バナナ	黒ごまクッキー いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、 片栗粉、オリーブオイル、 小麦粉、ごま、ベーキングパウダー、 バター	豆腐、ツナ、いりこ	玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、 ピーマン、パプリカ、 ニンニク、トマト、バナナ	533	17.0	13.1	1.5
7月17日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き インゲンと人参の胡麻和え 味噌汁	チーズジャムパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、 パン粉、ごま、コッペパン、 マーマレード	鮭、油揚げ、味噌、 鰹粉、クリームチーズ、 牛乳、いりこ	さやいんげん、人参、 モロヘイヤ	551	24.7	15.5	1.9
7月18日	サラダそうめん ポテトサラダ メロン	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	そうめん、ごま、 じゃがいも、マヨドレ、 白玉粉、油	ツナ、牛乳、 チーズ、いりこ	トマト、胡瓜、 人参、とうもろこし、 枝豆、メロン	508	19.0	17.2	2.8
7月19日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 シルバーサラダ 味噌汁	芋ようかん いりこ	米、麦、砂糖、春雨、 マヨドレ、さつまいも	鶏肉、ツナ、 味噌、鰹粉、寒天、 いりこ	生姜、胡瓜、 人参、茄子、 玉ねぎ	533	19.0	17.7	1.5
7月22日	麦ごはん ポークビーンズ モロヘイヤ納豆 味噌汁	ヨーグルトパン いりこ	米、麦、大豆、油、 砂糖、じゃがいも、 小麦粉、ベーキングパウダー、 マーマレード	豚挽肉、納豆、 海苔、わかめ、 味噌、鰹粉、 ヨーグルト、 いりこ	人参、玉ねぎ、 茄子、 モロヘイヤ	558	21.9	13.5	2.1
7月23日	和風スパゲティ ジャーマンポテト バナナ	とうもろこし 牛乳 いりこ	スパゲティ、 オリーブオイル、 じゃがいも	ツナ、 海苔、牛乳、 いりこ	玉ねぎ、 人参、えのきたけ、 椎茸、 なめこ、 バナナ、 とうもろこし	521	20.4	14.8	1.5
7月24日	麦ごはん いわしの胡麻揚げ ばりばりサラダ 中華スープ	味噌蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、 ごま、油、 コーンフレーク、 砂糖、胡麻油、 蒸しパンミックス	イワシ、 わかめ、 味噌、牛乳、 いりこ	生姜、 小松菜、 もやし、 トマト、 人参、 胡瓜、 椎茸	457	19.0	15.5	1.1
7月25日	麦ごはん 鶏ときのこのあんかけ フロッキーのオーロラ和え 味噌汁	レモンシユガートー いりこ	米、麦、マヨドレ、 食パン、 バター、 グラニュー糖	鶏肉、 豆腐、 味噌、 鰹粉、 いりこ	人参、 玉ねぎ、 えのきたけ、 しめじ、 フロッキー、 オクラ、 レモン果汁	523	21.4	18.0	2.0
7月26日	夏野菜カレー 小松菜のソテー スイカ	ベジタブルホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、油、 カレールウ、 ホットケーキミックス	豚肉、 ツナ、 牛乳、 いりこ	人参、 玉ねぎ、 南瓜、 トマト、 茄子、 生姜、 ニンニク、 小松菜、 とうもろこし、 スイカ、 グリーンピース	595	18.8	17.5	3.4
7月29日	二色ご飯 けんちん煮 バナナ	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、砂糖、 油、 里芋	鶏ひき肉、 鰹粉、 豆腐、 寒天、 いりこ	生姜、 人参、 大根、 ごぼう、 バナナ、 オレンジ果汁、 みかん	466	18.2	9.8	1.5
7月30日	麦ごはん チンジャオロース 春雨のソテー わかめスープ	きな粉マフィン いりこ	米、麦、油、 砂糖、片栗粉、 香ば、 胡麻油、 ごま、 小麦粉、 きな粉、 ベーキングパウダー	豚肉、 わかめ、 いりこ	筍、 パプリカ、 ピーマン、 レタス、 とうもろこし、 人参、 ねぎ	561	21.2	16.0	1.7
7月31日	麦ごはん タラのマヨネーズ焼き 五目豆 味噌汁	ポテトクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、マヨドレ、 大豆、 砂糖、 じゃがいも、 小麦粉、 ベーキングパウダー、 バター	たら、 こんぶ、 生揚げ、 味噌、 鰹粉、 スキムミルク、 牛乳、 いりこ	人参、 玉ねぎ、 パセリ、 ごぼう、 蓮根、 椎茸、 ほうれん草	544	27.8	14.3	1.8

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。

※赤字は普通メニューと変更になっています。

※マヨネーズはマヨドレに変更しています。



# 給食献立表

エビ・カニ除去



令和6年7月

エンゼルステーション保育園

日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
7月1日	麦ごはん ニラハンバーグ 和風サラダ 味噌汁	りんごケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、片栗粉、砂糖、油、 ホットケーキミックス	豚挽肉、鶏卵、かまぼこ、切り 干し大根、わかめ、味噌、鰹 粉、ヨーグルト、牛乳、いりこ	にら、玉ねぎ、人参、キャバ ツ、とうもろこし、りんご、 レーズン	533	22.0	14.5	2.2
7月2日	麦ごはん 炒り豆腐 ほうれん草のバターソテー 味噌汁	じゃが芋もち いりこ	米、麦、砂糖、油、バター、 じゃがいも、片栗粉	豆腐、鶏ひき肉、ひじき、味 噌、鰹粉、青のり、いりこ	人参、ねぎ、ほうれん草、とう もろこし、茄子、玉ねぎ	421	13.4	8.5	1.8
7月3日	麦ごはん タラのカレーフライ ひじきの炒め煮 味噌汁	おせんべい 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、カレー粉、 油、大豆、砂糖、ごま油、餅 米	たら、ひじき、油揚げ、しら ず、鰹粉、味噌、牛乳、いりこ	パセリ、人参、さやいんげん、 キャベツ、玉ねぎ	499	21.6	13.1	1.7
7月4日	鮭ご飯 ささ身と春雨の和え物 メロン コンソメスープ	南瓜ドーナツ いりこ	米、麦、ごま、春雨、マヨネー ズ、ホットケーキミックス	鮭、鶏ささみ、いりこ	しめじ、ねぎ、人参、胡瓜、メ ロン、南瓜	452	16.8	7.2	1.7
7月5日	七塔そうめん チキンのレモン風味焼き キャベツのおひたし スイカ	きらきらサンド 牛乳 いりこ	そうめん、食パン、いちごジャ ム、マーマレード	豚肉、鶏肉、鰹節、牛有、いり こ	玉ねぎ、人参、オクラ、ねぎ、 レモン果汁、ニンニク、キャバ ツ、スイカ	559	28.7	19.8	3.5
7月8日	麦ごはん 肉じゃが ごぼうサラダ 味噌汁	黒糖ケーキ いりこ	米、麦、じゃがいも、白滝、 油、砂糖、マヨネーズ、ごま、 ホットケーキミックス、パ ター、黒砂糖	豚肉、味噌、鰹粉、いりこ	玉ねぎ、人参、さやいんげん、 ごぼう、胡瓜、とうもろこし、 小松菜、えのきたけ	534	14.8	13.9	1.8
7月9日	麦ごはん 鶏肉の胡麻揚げ 切り干し大根と豆のサラダ 味噌汁	小松菜蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、ごま、片栗粉、油、大 豆、砂糖、ごま油、さつまい も、蒸しパンミックス	鶏肉、切り干し大根、ハム、味 噌、鰹粉、牛乳、いりこ	枝豆、胡瓜、ねぎ、小松菜	552	22.5	21.5	1.4
7月10日	麦ごはん カジキのピザ風味焼き ねばねば和え 味噌汁	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、マリービスケット、マ シュマロ	めかじき、チーズ、鰹節、生搦 げ、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	ピーマン、モロヘイヤ、オク ラ、人参、茄子	434	23.1	12.9	1.4
7月11日	焼きそば マカロニサラダ スイカ	ココアスコーン いりこ	中華糖、油、マカロニ、マヨ ネーズ、小麦粉、ベーキングパ ウダー、ココア、砂糖、バター	豚肉、青のり、ハム、牛乳、い りこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、椎 茸、胡瓜、とうもろこし、ずい か	496	16.8	16.2	1.4
7月12日	麦ごはん 豚肉と茄子のカレー炒め 紅白煮 チンゲン菜のスープ	とうもろこし 牛乳 いりこ	米、麦、油、カレー粉、じゃが いも、砂糖、胡麻油	豚肉、ツナ、牛乳、いりこ	茄子、ピーマン、人参、青梗 菜、えのきたけ、とうもろこし	462	19.4	10.8	1.0
7月16日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ ラタトゥイユ バナナ	黒ごまクッキー いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、片栗 粉、オリーブオイル、小麦粉、 ごま、ベーキングパウダー、パ ター	豆腐、ツナ、鶏卵、いりこ	玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、 ピーマン、パプリカ、ニンニ ク、トマト、バナナ	533	17.0	13.1	1.5
7月17日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き インゲンと人参の胡麻和え 味噌汁	チーズジャムパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン粉、 ごま、コッペパン、マーマレ ード	鮭、油揚げ、味噌、鰹粉、ク リームチーズ、牛乳、いりこ	さやいんげん、人参、モロヘ イヤ	551	24.7	15.5	1.9
7月18日	サラダそうめん ポテトサラダ メロン	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	そうめん、ごま、じゃがいも、 マヨネーズ、白玉粉、油	ツナ、牛乳、チーズ、いりこ	トマト、胡瓜、人参、とうも ろこし、枝豆、メロン	508	19.0	17.2	2.8
7月19日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 シルバーサラダ 味噌汁	芋ようかん いりこ	米、麦、砂糖、春雨、マヨネー ズ、さつまいも	鶏肉、ハム、味噌、鰹粉、寒 天、いりこ	生姜、胡瓜、人参、茄子、玉 ねぎ	533	19.0	17.7	1.5
7月22日	麦ごはん ホークビーンズ モロヘイヤ納豆 味噌汁	ヨーグルトパン いりこ	米、麦、大豆、油、砂糖、じゃ がいも、小麦粉、ベーキングパ ウダー、マーマレード	豚挽肉、納豆、海苔、わかえ、 味噌、鰹粉、ヨーグルト、いり こ	人参、玉ねぎ、茄子、モロヘ イヤ	558	21.9	13.5	2.1
7月23日	和風スパゲティ ジャーマンポテト バナナ	とうもろこし 牛乳 いりこ	スパゲティ、オリーブオイル、 じゃがいも	ハム、海苔、ベーコン、牛乳、 いりこ	玉ねぎ、人参、えのきたけ、椎 茸、なめこ、バナナ、とうも ろこし	521	20.4	14.8	1.5
7月24日	麦ごはん いわしの胡麻揚げ ばりばりサラダ 中華スープ	味噌蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、ごま、油、 コーンフレーク、砂糖、胡麻 油、蒸しパンミックス	イワシ、鶏卵、うえあかめ、味 噌、牛乳、いりこ	生姜、小松菜、もやし、トマ ト、人参、胡瓜、椎茸	457	19.0	15.5	1.1
7月25日	麦ごはん 鶏ときのこの卵とじ フロッコリーのオーロラ和え 味噌汁	レモンシュガートース ト いりこ	米、麦、マヨネーズ、食パン、 バター、グラニュー糖	鶏肉、鶏卵、豆腐、味噌、鰹 粉、いりこ	人参、玉ねぎ、えのきたけ、し めじ、フロッコリー、オクラ、 レモン果汁	523	21.4	18.0	2.0
7月26日	夏野菜カレー 小松菜のソテー スイカ	ベジタブルホットケー キ 牛乳 いりこ	米、麦、油、カレールウ、ホッ トケーキミックス	豚肉、ベーコン、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、南瓜、トマト、 茄子、生姜、ニンニク、小松 菜、とうもろこし、スイカ、グ リンピース	595	18.8	17.5	3.4
7月29日	三色ご飯 けんちん煮 バナナ	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、砂糖、油、里芋	鶏ひき肉、鶏卵、鰹粉、豆腐、 寒天、いりこ	生姜、人参、大根、ごぼう、パ ナナ、オレンジ果汁、みかん	466	18.2	9.8	1.5
7月30日	麦ごはん チンジャオロース 春雨のソテー わかめスープ	きな粉マフィン いりこ	米、麦、油、砂糖、片栗粉、春 雨、胡麻油、ごま、小麦粉、き な粉、ベーキングパウダー	豚肉、わかめ、鶏卵、いりこ	筍、パプリカ、ピーマン、レタ ス、とうもろこし、人参、ねぎ	561	21.2	16.0	1.7
7月31日	麦ごはん タラのマヨネーズ焼き 五目豆 味噌汁	ポテトクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、大豆、砂 糖、じゃがいも、小麦粉、ベ ーキングパウダー、バター	たら、ごんぶ、生揚げ、味噌、 鰹粉、スキムミルク、牛乳、い りこ	人参、玉ねぎ、パセリ、ごぼ う、蓮根、椎茸、ほうれん草	544	27.8	14.3	1.8

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。  
※ () で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。





# 給食献立表

## 離乳食



令和6年7月

エンゼルステーション保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
7月1日	おかゆ	ニラハンバーグ・キャベツサラダ	味噌汁	りんごケーキ	米、鶏ひき肉、ニラ、玉ねぎ、人参、キャベツ、とうもろこし、切り干し大根、わかめ、ホットケーキミックス、リンゴ、ヨーグルト、レーズン
7月2日	おかゆ	炒り豆腐・ほうれん草の和え物	味噌汁	粉ふき芋	米、豆腐、鶏ひき肉、人参、ねぎ、ひじき、ほうれん草、とうもろこし、なす、玉ねぎ、じゃが芋、青のり
7月3日	おかゆ	タラの煮付け・ひじきの煮物	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米、タラ、パセリ、ひじき、大豆、人参、油揚げ、さやいんげん、しらす、キャベツ、玉ねぎ、赤ちゃんせんべい
7月4日	鮭粥	ささみと春雨の和え物	コンソメスープ メロン	南瓜ホットケーキ	米、鮭、しめじ、ねぎ、ごま、春雨、ささみ、人参、きゅうり、玉ねぎ、コーン、メロン、南瓜、ホットケーキミックス
7月5日	温そうめん	鶏のレモン煮・キャベツのお浸し	スイカ	パン	そうめん、ねぎ、玉ねぎ、人参、オクラ、鶏むね肉、レモン果汁、キャベツ、かつお節、スイカ、食パン
7月8日	おかゆ	肉じゃが・ごぼうサラダ	味噌汁	ホットケーキ	米、ささみ、じゃが芋、玉ねぎ、人参、さやいんげん、ごぼう、きゅうり、とうもろこし、ごま、小松菜、えのき、ホットケーキミックス
7月9日	おかゆ	鶏のゴマ煮・切り干し大根と豆のサラダ	味噌汁	小松菜蒸しパン	米、むね肉、ゴマ、切り干し大根、大豆、枝豆、きゅうり、ごま、さつまいも、ねぎ、蒸しパンミックス、小松菜
7月10日	おかゆ	カジキのピザ風焼き・ねばねば和え	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、カジキ、ピーマン、チーズ、ケチャップ、モロヘイヤ、オクラ、人参、かつお節、生揚げ、なす、赤ちゃんビスケット
7月11日	煮込みそば	マカロニサラダ	スイカ	ホットケーキ	中華麺、鶏ひき肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、しいたけ、青のり、マカロニ、きゅうり、とうもろこし、スイカ、ホットケーキミックス
7月12日	おかゆ	鶏肉とナスのトマト煮・紅白煮	チンゲン菜のスープ	とうもろこし	米、ささみ、ナス、ピーマン、ケチャップ、人参、じゃが芋、ツナ、チンゲン菜、えのき、とうもろこし
7月16日	おかゆ	豆腐とツナのハンバーグ・ラタトゥイユ	バナナ	ごまホットケーキ	米、豆腐、ツナ、玉ねぎ、パン粉、なす、ズッキーニ、ピーマン、パプリカ、トマト缶、ホットケーキミックス、ごま
7月17日	おかゆ	鮭のパン粉焼き・インゲンのごま和え	味噌汁	パン	米、鮭、パン粉、さやいんげん、人参、ごま、モロヘイヤ、油揚げ、コッペパン
7月18日	温そうめん	ポテトサラダ	メロン	赤ちゃんせんべい	そうめん、ツナ、トマト、きゅうり、人参、とうもろこし、ごま、じゃが芋、枝豆、とうもろこし、メロン、赤ちゃんせんべい
7月19日	おかゆ	鶏の甘煮・春雨サラダ	味噌汁	芋ようかん	米、鶏むね肉、春雨、きゅうり、人参、なす、玉ねぎ、さつまいも、寒天
7月22日	おかゆ	チキンビーンズ・モロヘイヤ納豆	味噌汁	ヨーグルトケーキ	米、鶏ひき肉、大豆、玉ねぎ、人参、なす、ケチャップ、モロヘイヤ、納豆、のり、じゃが芋、わかめ、ホットケーキミックス、ヨーグルト
7月23日	和風スパゲティ	ポテトサラダ	バナナ	とうもろこし	スパゲティ、玉ねぎ、人参、えのき、しいたけ、なめこ、のり、鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、バナナ、とうもろこし
7月24日	おかゆ	鮭のゴマ煮・ばりばりサラダ	しいたけスープ	みぞ蒸しパン	米、鮭、ごま、コーンフレーク、小松菜、人参、トマト、きゅうり、わかめ、もやし、しいたけ、蒸しパンミックス、ごま、みそ
7月25日	おかゆ	鶏ときのこの煮物・温野菜	味噌汁	パン	米、ささみ、人参、しめじ、玉ねぎ、えのき、フロッコリー、豆腐、オクラ、食パン
7月26日	夏野菜粥	小松菜サラダ	スイカ	ベジタブルホットケーキ	米、鶏むね肉、人参、玉ねぎ、南瓜、トマト、なす、小松菜、とうもろこし、スイカ、ホットケーキミックス、グリーンピース
7月29日	そぼろ粥	けんちん煮	バナナ	オレンジ寒天	米、鶏ひき、人参、豆腐、大根、里芋、ごぼう、バナナ、オレンジ果汁、寒天、みかん
7月30日	おかゆ	チンジャオロース・春雨の和え物	わかめスープ	きな粉ケーキ	米、ささみ、パプリカ、ピーマン、春雨、レタス、とうもろこし、人参、わかめ、ねぎ、ホットケーキミックス、きな粉
7月31日	おかゆ	タラの煮付け・五目豆	味噌汁	赤ちゃんビスケット	米、タラ、人参、玉ねぎ、パセリ、大豆、れんこん、しいたけ、ごぼう、昆布、生揚げ、ほうれん草、赤ちゃんビスケット

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。

エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れていきます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。

