



2024年度7月 幼児食献立予定表



ニチキッズ下長尾保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ 3歳未満児クラス	エネルギー たんぱく質 脂質 ()内は3歳未満児
			午後おやつ	
1 29 (月)	さけの混ぜ寿司 チンゲンサイのおみそ汁 とうがんのそぼろあんかけ バナナ	牛乳/クラッカー/米、こんぶ(だし用)、酢、砂糖、食塩、さけ、コーン(冷凍)、えだまめ、こま/かつおだし汁、チンゲンサイ、にんじん、油揚げ、みそ/油、鶏ひき肉、とうがん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、いんげん、片栗粉、水/バナナ/牛乳/おから、米粉、粉チーズ、牛乳、砂糖、食塩	牛乳	523(459) kcal
			クラッカー	23.2(20.7) g
			牛乳	12.7(12.9) g
2 16 30 (火)	ご飯 わかめのおみそ汁 酢豚 ブロッコリーのだし煮 グレープフルーツ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、カットわかめ、もやし、えのきたけ、みそ/油、豚肉(肩ロース)、おろししょうが、しょうゆ、たまねぎ、かぼちゃ、なす、鶏がらスープの素、水、砂糖、しょうゆ、食塩、酢、みりん、ケチャップ、ピーマン、片栗粉、水/ブロッコリー、かつおだし汁、食塩/グレープフルーツ/牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、水、干しひょうどう	牛乳	477(426) kcal
			ウエハース	16.3(14.9) g
			牛乳	15.3(15.7) g
3 17 31 (水)	ご飯 トマトスープ さけのオーロラソース こまつなのフレンチ和え バナナ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、トマト、たまねぎ、オクラ、砂糖、しょうゆ、食塩/さけ、食塩、米粉、ノンエッグマヨネーズ、ケチャップ、パセリ粉/こまつな、きゅうり、コーン(冷凍)、油、砂糖、酢、食塩、ノンエッグマヨネーズ/バナナ/牛乳/米、チーズ、かつお節、しょうゆ	牛乳	506(447) kcal
			おせんべい	21.6(20.0) g
			牛乳	10.0(10.4) g
4 18 (木)	ご飯 なすのおみそ汁 かれいの磯辺焼き 切干し大根のカレー炒め オレンジ	牛乳/クラッカー/米/かつおだし汁、なす、たまねぎ、油揚げ、みそ/かれい、しょうゆ、みりん、米粉、片栗粉、あおのり、水、油/油、豚ひき肉、にんじん、切り干しだいこん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ、カレー粉、食塩/オレンジ/牛乳/かぼちゃ、干しひょうどう、きな粉、砂糖	牛乳	461(412) kcal
			クラッカー	20.9(19.5) g
			牛乳	10.4(11.1) g
5 (金)	高野豆腐のそぼろ丼 こまつなのおみそ汁 さつま芋のレモン煮 グレープフルーツ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、しょうが、豚ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ/かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、みそ/さつまいも、水、砂糖、レモン果汁/グレープフルーツ/牛乳/干しほうめん、油、コーン(冷凍)、オクラ、にんじん、しょうゆ、みりん、かつおだし汁	牛乳	502(452) kcal
			ウエハース	16.3(15.4) g
			牛乳	12.5(13.8) g
19 (金)	高野豆腐のそぼろ丼 こまつなのおみそ汁 さつま芋のレモン煮 グレープフルーツ	牛乳/カルテツウエハース/米、油、しょうが、豚ひき肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、ピーマン、かつお・昆布だし汁、砂糖、しょうゆ/かつおだし汁、こまつな、もやし、えのきたけ、みそ/さつまいも、水、砂糖、レモン果汁/グレープフルーツ/牛乳/食パン、ツナ水煮缶、たまねぎ、ケチャップ、とろけるチーズ、パセリ	牛乳	502(452) kcal
			ウエハース	16.3(15.4) g
			牛乳	12.5(13.8) g
6 20 (土)	ご飯 おくらのとろみ汁 さばの香りみそ焼き チンゲンサイののり和え みかん	牛乳/ビスケット/米/かつお・昆布だし汁、とうがん、オクラ、カットわかめ、食塩、しょうゆ、片栗粉、水/さば、こま、こま油、砂糖、みそ、みりん/チンゲンサイ、にんじん、もやし、コーン(冷凍)、しょうゆ、砂糖、のり/みかん/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	482(432) kcal
			ビスケット	18.7(17.6) g
			牛乳	16.0(16.1) g
8 22 (月)	ご飯 いんげんのおみそ汁 ポークチャップ コールスローサラダ オレンジ	牛乳/カルテツウエハース/米/かつおだし汁、木綿豆腐、いんげん、ねぎ、みそ/豚肉(もも)、片栗粉、油、水、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、ケチャップ、ウスターソース/しらす干し、キャベツ、きゅうり、にんじん、油、砂糖、食塩、酢/オレンジ/牛乳/きな粉、砂糖、水、豆乳、かんてん(粉)、米粉、黒砂糖、水/お子様せんべい	牛乳	501(451) kcal
			ウエハース	22.1(20.1) g
			牛乳	13.8(14.8) g
9 23 (火)	トマトライス ポタージュ さけのカレーマヨ焼き 野菜ソテー グレープフルーツ	牛乳/お子様せんべい/米、トマト、こんぶ(だし用)、コーン(冷凍)、食塩/たまねぎ、にんじん、食塩、かつお・昆布だし汁、豆乳、片栗粉、水/さけ、食塩、片栗粉、ノンエッグマヨネーズ、カレー粉/油、おろしにんにく、なす、ブロッコリー、食塩/グレープフルーツ/牛乳/油、砂糖、バナナ、小麦粉、ベーキングパウダー	牛乳	519(463) kcal
			おせんべい	22.3(20.5) g
			牛乳	14.6(15.3) g
10 24 (水)	鶏そぼろご飯 もやしのおみそ汁 じゃがいものオープン焼き オレンジ	牛乳/クラッカー/米、油、鶏ひき肉、たまねぎ、おろししょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、えだまめ/かつおだし汁、もやし、にんじん、カットわかめ、みそ/じゃがいも、いんげん、米粉、食塩、あおのり、油/オレンジ/牛乳/たまねぎ、しらす干し、絹ごし豆腐、米粉、片栗粉、豆乳、油、しょうゆ、こま油、こま、	牛乳	499(443) kcal
			クラッカー	19.7(18.3) g
			牛乳	15.0(14.9) g
11 25 (木)	夏野菜カレー 豆腐のおみそ汁 福神漬 バナナ	牛乳/ビスケット/米、油、おろしにんにく、おろししょうが、たまねぎ、豚肉(もも)、かぼちゃ、なす、かつお・昆布だし汁、ホールトマト缶詰、りんご、中濃ソース、食塩、カレー粉、米粉、水/かつお・昆布だし汁、木綿豆腐、カットわかめ、みそ/きゅうり、だいこん、にんじん、おろししょうが、水、砂糖、酢、しょうゆ、みりん/バナナ/麦茶(浸出液)/牛乳、砂糖、かんてん(粉)、ヨーグルト(無糖)、もも缶(黄桃)/ソフトせんべい塩味	牛乳	472(430) kcal
			ビスケット	16.1(15.6) g
			麦茶	9.6(11.2) g
12 26 (金)	ご飯 さつまいものおみそ汁 かれいのレモン揚げ ピーマンのツナ和え オレンジ	牛乳/お子様せんべい/米/かつおだし汁、さつまいも、たまねぎ、ごぼう、みそ/油、かれい、片栗粉、レモン果汁、砂糖、しょうゆ/ツナ水煮缶、ピーマン、にんじん、オクラ、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ/オレンジ/牛乳/米、こんぶ(だし用)、しょうゆ、油、鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、しょうゆ、砂糖、みりん	牛乳	532(467) kcal
			おせんべい	22.1(20.3) g
			牛乳	10.7(10.9) g
13 27 (土)	ご飯 チキンスープ マーボー高野豆腐 かぼちゃの甘煮 みかん	牛乳/ビスケット/米/こま油、鶏もも肉、キャベツ、にんじん、水、鶏がらスープの素、食塩/油、おろししょうが、たまねぎ、豚ひき肉、水、凍り豆腐、にら、砂糖、しょうゆ、みそ、片栗粉、水/かぼちゃ、砂糖、しょうゆ/みかん/牛乳/食パン、トマト、砂糖、レモン果汁	牛乳	506(446) kcal
			ビスケット	19.3(17.5) g
			牛乳	13.7(13.7) g
				7月平均栄養量
◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。				498(443) kcal
◎幼児クラスでは、喫食確認を行っていません。				19.8(18.3) g
献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。				12.8(13.4) g

