

令和7年



給食予定献立表

| 日 | 曜日 | 献立名 | 食材料名 | 特別食 (3歳未満児) | 3時のおやつ | 日 | 曜日 | 献立名 | 食材料名 | 特別食 (3歳未満児) | 3時のおやつ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|-------|-------------------------------------|---|----------------|---|--|----|--|--|----------------|---|-------|-------|---------|-------|-------|----|-------|----|------|-------|-------|---------|-------|-------|----|-------|----|--|
| 1 | 火 | 麦茶 焼き肉丼 キャベツの甘酢和え かみなり汁 | 麦茶 米 豚肉 玉葱 ツナ キャベツ 人参 豆腐 里芋 玉葱 人参 ごぼう 小松菜 | クッキー | ココアミルク カステラ せんべい | 16 | 水 | りんごジュース 胚芽ロールパン クリームシチュー ポイルウィンナー | りんごジュース 胚芽ロールパン 鶏肉 ジャガ芋 玉葱 人参 フロッコリー マッシュルーム 牛乳 生クリーム ウィンナー | せんべい | スキムミルク かぼちゃ餅 かぼちゃ きな粉 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 水 | 麦茶 鮭しらすご飯 揚げ出し豆腐 春野菜の豚汁 | 麦茶 米 押し麦 鮭フレーク しらす 卵 しそ ごま 豆腐 大根 葱 豚肉 ジャガ芋 玉葱 ごぼう アスパラ 葱 | せんべい | スキムミルク 黒糖プリン 牛乳 | 17 | 木 | 麦茶 ご飯 魚の甘だれかけ ほうほう和え | 麦茶 米 白切り身魚 卵 薄揚げ ほうれん草 キャベツ 人参 きゅうり | クラッカー | スキムミルク フルーツサンド 食パン 生クリーム | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 木 | 麦茶 ご飯 魚の味噌マヨネーズ焼き 野菜のおろし和え | 麦茶 米 白切り身魚 ジャガ芋 大根 きゅうり 人参 コーン | ビスケット | スキムミルク サターアングキー 卵 | 18 | 金 | 牛乳 血うどん トマトのサラダ かき卵汁 | 牛乳 血うどん 豚肉 えび かまぼこ 玉葱 人参 キャベツ もやし 葱 いんげん 干し椎茸 かつお節 トマト きゅうり わかめ 卵 豆腐 葱 | バナナ | スキムミルク コロコロボール さつま芋 コーンフレーク | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | 金 | 弁当日 | | ウエハース | スキムミルク お菓子 | 19 | 土 | 麦茶 親子丼 つわり野菜炒め 味噌汁 | 麦茶 米 鶏肉 玉葱 人参 葱 厚揚げ ジャガ芋 つわ 人参 葱 チンゲン菜 糸こんにゃく 大根 もやし 小松菜 わかめ | ウエハース | スキムミルク お菓子 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | 土 | 麦茶 わかめご飯 肉じゃが ひじきと彩野菜のサラダ | 麦茶 米 押し麦 わかめ 豚肉 ジャガ芋 玉葱 人参 玉葱 糸こんにゃく グリーンピース ツナ ひじき トマト パプリカ コーン 水菜 | ビスコ | スキムミルク 果物 お菓子 | 21 | 月 | 麦茶 しらすと青菜のご飯 筑前煮 山吹和え | 麦茶 米 押し麦 しらす かつお節 小松菜 ごま 鶏肉 厚揚げ 里芋 大根 人参 ごぼう いんげん 糸こんにゃく 昆布 春雨 ハム 卵 きゅうり 人参 わかめ | クッキー | スキムミルク バナナケーキ バナナ 卵 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 月 | 麦茶 ご飯 和風豆腐ハンバーグ 温野菜 | 麦茶 米 豚挽き肉 豆腐 玉葱 大根 葱 キャベツ フロッコリー 人参 もやし コーン | クラッカー | スキムミルク 味噌ポテト ジャガ芋 | 22 | 火 | 麦茶 ご飯 魚の幽庵焼き ささみの味噌和え | 麦茶 米 鯖(さわら)切り身 ささみ キャベツ 人参 ごま | せんべい | スキムミルク 鶏サンド 食パン 卵 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 火 | 牛乳 いちごゼリー ご飯 チキンカレー ハムサラダ | 牛乳 いちごゼリー 米 鶏肉 ジャガ芋 さつま芋 玉葱 人参 ピーマン コーン ハム キャベツ ほうれん草 人参 | クッキー | ミロミルク 牛乳パン | 23 | 水 | 麦茶 切り干し大根のそぼろ丼 おから入りポテトサラダ 味噌汁 | 麦茶 米 合い挽き肉 切り干し大根 人参 玉葱 おから ハム ジャガ芋 人参 フロッコリー キャベツ 玉葱 なす わかめ | ビスケット | スキムミルク マカロニあべかわ マカロニ きな粉 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 水 | 牛乳 ご飯 魚のタルタルチーズ焼き 白菜のサラダ | 牛乳 米 白切り身魚 卵 チーズ パセリ ハム 白菜 きゅうり 人参 バイン缶 レーズン | せんべい | スキムミルク 芋ようかん さつま芋 | 24 | 木 | 牛乳 ご飯 ポークチャップ 炒り卵のサラダ | 牛乳 米 豚肉 玉葱 しめじ 卵 ジャガ芋 キャベツ きゅうり 人参 | ビスコ | オレンジミルク クッキー せんべい | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 木 | 麦茶 麻婆豆腐丼 拌三絲 わかめスープ | 麦茶 米 合い挽き肉 豆腐 玉葱 なら 干し椎茸 春雨 ハム 卵 きゅうり 人参 もやし わかめ 人参 えのき 葱 ごま | バナナ | スキムミルク シュガートースト 食パン | 25 | 金 | 牛乳 豆乳バナナコッタ 黒糖ロールパン 鶏唐揚げ フレンチサラダ | 牛乳 豆乳バナナコッタ 黒糖ロールパン 鶏肉 ほうれん草 きゅうり りんご みかん缶 バイン缶 レーズン | クラッカー | スキムミルク ゆかりおにぎり 米 ゆかり | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | 金 | 牛乳 ちゃんぽん フライドポテト フルーツポンチ | 牛乳 ちゃんぽん麺 豚肉 えび かまぼこ 人参 もやし キャベツ コーン しめじ 干し椎茸 ライドポテト ゼリー もも缶 りんご缶 みかん缶 バイン缶 レーズン | ビスケット | スキムミルク 昆布おにぎり 米 ごま 塩昆布 | 26 | 土 | 牛乳 ご飯 鱈のラビゴットソース ジャガ芋のオーロラソース | 牛乳 米 鱈切り身 トマト 玉葱 きゅうり ジャガ芋 コーン | せんべい | スキムミルク 果物 お菓子 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | 土 | 牛乳 しらす炒飯 そら豆のサラダ もずくスープ | 牛乳 米 押し麦 しらす ハム 卵 小松菜 玉葱 ごま ジャガ芋 そら豆 人参 コーン もずく 絹豆腐 玉葱 人参 葱 | ポーロ | スキムミルク 果物 お菓子 | 28 | 月 | 牛乳 和風スパゲティ チキンサラダ バナナ | 牛乳 スパゲティ ベーコン えび 玉葱 人参 チンゲン菜 しめじ えのき 海苔 ささみ ほうれん草 人参 キャベツ バナナ | ポーロ | スキムミルク ぶどうゼリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 月 | 麦茶 ご飯 支那天 和風サラダ | 麦茶 米 鶏肉 ツナ 卵 ほうれん草 人参 キャベツ きゅうり わかめ | ビスコ | ココアミルク ポテトスナック | 30 | 水 | 牛乳 ご飯 鶏肉のカレー南蛮漬け 春野菜の和え物 | 牛乳 米 鶏肉 キャベツ 人参 エリンギ 絹さや | ウエハース | スキムミルク りんごレーズンの巻パン りんご レーズン | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | 火 | 麦茶 ご飯 ひじきの佃煮 野菜の五目煮 | 麦茶 米 しらす ひじき きくらげ ごま 豚肉 高野豆腐 厚揚げ さつま揚げ 大根 人参 糸こんにゃく 干し椎茸 葱 | クッキー | スキムミルク ミルククリームパン ロールパン 牛乳 | <p>今月の給食+おやつ¹の平均栄養価</p> <table border="1"> <tr> <td>3歳以上児</td> <td>エネルギー</td> <td>563kcal</td> <td>タンパク質</td> <td>23.1g</td> <td>脂質</td> <td>17.4g</td> <td>塩分</td> <td>1.8g</td> </tr> <tr> <td>3歳未満児</td> <td>エネルギー</td> <td>488kcal</td> <td>タンパク質</td> <td>19.5g</td> <td>脂質</td> <td>14.8g</td> <td>塩分</td> <td></td> </tr> </table> | | | | | | 3歳以上児 | エネルギー | 563kcal | タンパク質 | 23.1g | 脂質 | 17.4g | 塩分 | 1.8g | 3歳未満児 | エネルギー | 488kcal | タンパク質 | 19.5g | 脂質 | 14.8g | 塩分 | |
| 3歳以上児 | エネルギー | 563kcal | タンパク質 | 23.1g | 脂質 | 17.4g | 塩分 | 1.8g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3歳未満児 | エネルギー | 488kcal | タンパク質 | 19.5g | 脂質 | 14.8g | 塩分 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |