

令和6年7月 献立表



吹田市立保育園
はぎのきこども園
いずみ小規模園

3歳以上児/3歳未満児

日 曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
1 月	牛乳 ハイハイ	ごはん ハヤシライス はりはり漬	牛乳 ゆでとうもろこし 満月ポン	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米/豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、ハヤシルウ、オスターズ、油/切干大根、きざみ昆布、酢、三温糖、濃口しょうゆ ◆牛乳/とうもろこし/満月ポン しょうゆ味
2 火	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鯖のソース煮 ごまあえ みそ汁	牛乳 黒糖ケーキ	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ、オスターズ/キャベツ、人参、白いりごま、濃口しょうゆ/南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/小麦粉、ベークンパウダー、黒ごとう、ぬるま湯、卵、バター、油
3 水	牛乳 ハイハイ (野菜)	ごはん 鶏すき おかか	牛乳 ジャムサンド	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆精白米/鶏肉、豆腐 (焼き)、白菜、たまねぎ、人参、青ねぎ、糸こんにゃく、おつゆふ、三温糖、濃口しょうゆ、油/ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳/食パン、いちごジャム
4 木	牛乳 マンナ 	人参パン ミートローフ きゅうりとコーンのお浸し 七タスープ	牛乳 グレープゼリー 星たべよ しお味	◆牛乳、マンナ ◆人参パン/豚ミンチ、たまねぎ、人参、チーズ (ピザ用)、パン粉、卵、塩、油/きゅうり、コーン缶 (粒)、濃口しょうゆ/ビーフン、人参、オクラ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/グレープジュース100%、寒天 (粉末)、白ごとう、水/星たべよ しお味
5 金	牛乳 お子様せんべい	コッペパン 鮭のマヨネーズ焼 煮びたし 野菜スープ	牛乳 オレンジ 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、お子様せんべい ◆コッペパン /生さけ、薄口しょうゆ、マヨドレ/小松菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節/じゃがいも、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/オレンジ/新潟仕込み こだわりの塩味
6 土	牛乳 お菓子	ごはん 中華丼 みそ汁	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆精白米/豚肉、たまねぎ、人参、青梗菜、太もやし、油、丸鶏がらスープ、塩・こしょう、薄口しょうゆ、片栗粉/さつまいも、たまねぎ、みそ、だし昆布 ◆牛乳/くだもの/お菓子
8 月	牛乳 ハイハイ	ソフトフランス ポトフ トマトサラダ	牛乳 ツナカレーおにぎり	◆牛乳、ハイハイ ◆ソフトフランス/ホーウケイ、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、人参、コンソメ、濃口しょうゆ/トマト、きゅうり、酢、白ごとう、油、塩 ◆牛乳/精白米、ツナフレーク、濃口しょうゆ、カレー粉、塩
9 火	牛乳 マンナ	梅ごはん いなかみそ汁 ひじきのいため煮	牛乳 ラスク	◆牛乳、マンナ ◆精白米、梅干し/豚肉、人参、たまねぎ、南瓜、なす、うす揚げ、みそ、赤みそ、煮干し/ひじき、平天 ※卵不使用、人参、三温糖、濃口しょうゆ、油、煮干し ◆牛乳/食パン、バター、白ごとう
10 水	牛乳 ベビーせんべい	ロールパン たつた揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	牛乳 オレンジゼリー ぶくぶくプレートスナック	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ロールパン /キングフィレ、土生姜、濃口しょうゆ、片栗粉、油/白菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節/豆腐、たまねぎ、豆苗、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/オレンジジュース100%、寒天 (粉末)、白ごとう、水/ぶくぶく プレートスナック
11 木	牛乳 ハイハイ (野菜) 	焼豚チャーハン 中華あえ わかめスープ	牛乳 マーブルケーキ	◆牛乳、ハイハイ (野菜) ◆精白米、焼豚 無添加、たまねぎ、人参、ピーマン、コーン缶 (粒)、油、濃口しょうゆ、塩・こしょう、丸鶏がらスープ/きゅうり、太もやし、人参、ごま油、酢、濃口しょうゆ、三温糖/わかめ、たまねぎ、えのきだけ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/小麦粉、ベークンパウダー、白ごとう、卵、バター、油、牛乳、純ココア、水
12 金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 炒り鶏 みそ汁	牛乳 すいか おにぎりせんべい 銀しゃり	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/鶏肉、ちくわ ※卵不使用、じゃがいも、人参、こんにゃく、ごぼう、三温糖、濃口しょうゆ、油、けずり節/小松菜、おつゆふ、みそ、けずり節 ◆牛乳/すいか/おにぎりせんべい 銀しゃり
13 土	牛乳 お菓子	五目うどん 南瓜の煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆うどん、鶏肉、白菜、たまねぎ、人参、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ/南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆牛乳/くだもの/お菓子
16 火	牛乳 ハイハイ	ごはん ハヤシライス はりはり漬	牛乳 ゆでとうもろこし 満月ポン	◆牛乳、ハイハイ ◆精白米/豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、ハヤシルウ、オスターズ、油/切干大根、きざみ昆布、酢、三温糖、濃口しょうゆ ◆牛乳/とうもろこし/満月ポン しょうゆ味

【5歳クラスデイキャンプ(予備日)メニュー】

カレーライス
精白米・牛肉・じゃがいも・たまねぎ 人参・ピーマン・カレールウ・油
ドレッシングサラダ
キャベツ・きゅうり・みかん缶 酢・白ごとう・油・塩
グレープゼリー
グレープジュース100% 寒天(粉末)・白ごとう・水

◇ 献立内容は予定ですので、変更になることがあります。

◇ 初めての食品は、家庭で食べてから園で食べるようにしましょう。



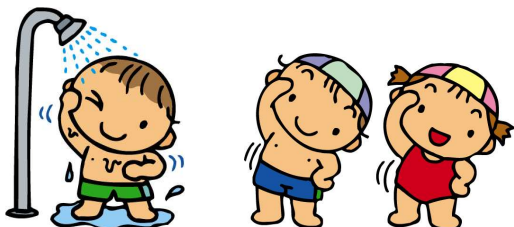
令和6年7月 献立表



吹田市立保育園
はぎのきこども園
いずみ小規模園

3歳以上児/3歳未満児

日	曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
17	水	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 鯖のソース煮 ごまあえ みそ汁	牛乳 黒糖ケーキ	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ、ウスターソース／キャベツ、人参、白いりごま、濃口しょうゆ／南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、ベーキングパウダー、黒ざとう、ぬるま湯、卵、バター、油
18	木	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん 鶏すき おかか	牛乳 ジャムサンド	◆牛乳、ハイハイン（野菜） ◆精白米／鶏肉、豆腐（焼き）、白菜、たまねぎ、人参、青ねぎ、糸こんにゃく、おつゆふ、三温糖、濃口しょうゆ、油／ブロッコリー、花かつお、濃口しょうゆ ◆牛乳／食パン、いちごジャム
19	金	牛乳 お子様せんべい	コッペパン 鮭のマヨネーズ焼 煮びたし 野菜スープ	牛乳 オレンジ 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、お子様せんべい ◆コッペパン ／生さけ、薄口しょうゆ、マヨドレ／小松菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／じゃがいも、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／オレンジ／新潟仕込み こだわりの塩味
20	土	牛乳 お菓子	ごはん 中華丼 みそ汁	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆精白米／豚肉、たまねぎ、人参、青梗菜、太もやし、油、丸鶏がらスープ、塩・こしょう、薄口しょうゆ、片栗粉／さつまいも、たまねぎ、みそ、だし昆布 ◆牛乳／くだもの／お菓子
22	月	牛乳 ハイハイン	ソフトフランス ポトフ トマトサラダ	牛乳 ツナカレーおにぎり	◆牛乳、ハイハイン ◆ソフトフランス／ホーカイワ、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、人参、コンソメ、濃口しょうゆ／トマト、きゅうり、酢、白ざとう、油、塩 ◆牛乳／精白米、ツナフレーク、濃口しょうゆ、カレー粉、塩
23	火	牛乳 マンナ	梅ごはん いなかみそ汁 ひじきのいため煮	牛乳 ラスク	◆牛乳、マンナ ◆精白米、梅干し／豚肉、人参、たまねぎ、南瓜、なす、うす揚げ、みそ、赤みそ、煮干し／ひじき、平天 ※卵不使用、人参、三温糖、濃口しょうゆ、油、煮干し ◆牛乳／食パン、バター、白ざとう
24	水	牛乳 ベビーせんべい	ロールパン たつた揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	牛乳 オレンジゼリー ぶくぶくプレート [®] スケット	◆牛乳、ベビーせんべい ◆ロールパン ／キングフィレ、土生姜、濃口しょうゆ、片栗粉、油／白菜、人参、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節／豆腐、たまねぎ、豆苗、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／オレンジジュース100%、寒天（粉末）、白ざとう、水／ぶくぶく プレート [®] スケット
25	木	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん 炒り鶏 みそ汁	牛乳 枝豆の塩ゆで いもけんぴ	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／鶏肉、ちくわ ※卵不使用、じゃがいも、人参、こんにゃく、ごぼう、三温糖、濃口しょうゆ、油、けずり節／小松菜、おつゆふ、みそ、けずり節 ◆牛乳／枝豆／いもけんぴ
26	金	牛乳 お子様せんべい	ごはん さわらの照焼 三色あえ みそ汁	牛乳 すいか おにぎりせんべい 銀しゃり	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米／さわら、三温糖、濃口しょうゆ、みりん／太もやし、青梗菜、人参、濃口しょうゆ、白ざとう／さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／すいか／おにぎりせんべい 銀しゃり
27	土	牛乳 お菓子	五目うどん 南瓜の煮つけ	牛乳 くだもの お菓子	◆牛乳、お菓子 ◆うどん、鶏肉、白菜、たまねぎ、人参、青ねぎ、けずり節、薄口しょうゆ／南瓜、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節 ◆牛乳／くだもの／お菓子
29	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	食パン 鶏肉のトマトシチュー ドレッシングサラダ	牛乳 オレンジ 味しらべ	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆食パン／鶏肉、人参、たまねぎ、じゃがいも、ケルビース、コンソメ、トマト水煮缶、ケチャップ、三温糖、米の粉／キャベツ、きゅうり、レーズン、酢、白ざとう、油、塩 ◆牛乳／オレンジ／味しらべ
30	火	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん ビビンバ みそ汁	牛乳 ショートビスケット	◆牛乳、ハイハイン（野菜） ◆精白米／豚肉、濃口しょうゆ、三温糖、土生姜、ごま油、太もやし、ほうれん草、人参、コーン缶（粒）、白ざとう／とうがん、うす揚げ、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、バター、白ざとう
31	水	牛乳 マンナ	ごはん 鶏肉のみそ焼 お浸し 清汁	牛乳 グレープゼリー ぱりんこ	◆牛乳、マンナ ◆精白米／鶏もも肉、みそ、濃口しょうゆ、みりん／白菜、人参、濃口しょうゆ／おつゆふ、わかめ、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／グレープジュース100%、寒天（粉末）、白ざとう、水／ぱりんこ 減塩



【園での一人当たりの栄養量（土曜を除く）】

7月		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg
3歳以上児	目標量	561	18.2～28.0	12.5～18.7	260
	平均栄養量	541	19.8	17.2	276
3歳未満児	目標量	471	15.3～23.5	10.5～15.7	220
	平均栄養量	473	17.0	15.2	264