

令和7年7月 献立表



3歳以上児/3歳未満児

吹田市

日 曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
1 火	牛乳 お子様せんべい	食パン 鶏のごま焼サクサク お浸し わかめスープ	牛乳 じゃこおにぎり	◆牛乳、お子様せんべい ◆食パン／鶏もも肉、塩・こしょう、ウスターソース、マヨドレ、パン粉、白いりごま、油／白菜、人参、濃口しょうゆ／わかめ、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／精白米、油、ちりめんじゃこ、粉かつお、濃口しょうゆ
2 水	牛乳 マンナ	ごはん 鯖の生姜煮 いそべあえ みそ汁	牛乳 すいか ぱりんこ	◆牛乳、マンナ ◆精白米／生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ／青梗菜、人参、きざみのり、濃口しょうゆ／南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／すいか／ぱりんこ
3 木	牛乳 ハイハイン	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、ハイハイン ◆精白米／豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、ハヤシルウ、ウスターソース、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
4 金	牛乳 ベビーせんべい	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 味しらべ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆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／味しらべ
5 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
7 月	牛乳 ベビーせんべい 	ﾊﾞｲﾀｯﾌﾟﾙﾊﾞﾝｽﾞ 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、ベビーせんべい ◆ﾊﾞｲﾀｯﾌﾟﾙﾊﾞﾝｽﾞ／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／ピーマン、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）、白ざとう、水／星たべよ しお味
8 火	牛乳 ハイハイン（野菜）	梅ごはん 炒り鶏 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、梅干し／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、うす揚げ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、バター、白ざとう
9 水	牛乳 お子様せんべい	ロールパン 魚のカレー揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	牛乳 オレンジ ソフトサラダ	◆牛乳、お子様せんべい ◆ロールパン／キングフィレ、片栗粉、カレー粉、塩、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／ソフトサラダ
10 木	牛乳 ハイハイン	ごはん ビビンバ みそ汁	牛乳 人参ケーキ	◆牛乳、ハイハイン ◆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、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／小麦粉、ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、人参、卵、三温糖、油
11 金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん さわらの照焼 ごまあえ みそ汁	牛乳 すいか 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米／さわら、三温糖、濃口しょうゆ、みりん／キャベツ、人参、白いりごま、濃口しょうゆ／さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳／すいか／新潟仕込み こだわりの塩味
12 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
14 月	牛乳 ハイハイン（野菜）	ごはん いなかみそ汁 ひじきのいため煮	牛乳 りんごゼリー ぶくぶくこくとうビスケット	◆牛乳、ハイハイン（野菜） ◆精白米／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／りんごジュース100%、寒天（粉末）、白ざとう、水／ぶくぶく こくとうビスケット
15 火	牛乳 ベビーせんべい 	パンブキンパン 鶏肉のバーベキューソース ツナあえ レタスのスープ	牛乳 レモンケーキ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆パンブキンパン／鶏もも肉、塩・こしょう、ケチャップ、とんかつソース、三温糖／ブロッコリー、コーン缶（粒）、ツナフレーク、濃口しょうゆ／レタス、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳／小麦粉、ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ、卵、白ざとう、生クリーム、バター、油、レモン

【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・白ざとう・油・塩
グレープゼリー
グレープジュース100% 寒天(粉末)・白ざとう・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7年7月 献立表



3歳以上児/3歳未満児

吹田市

日 曜	朝のおやつ	昼食	午後のおやつ	使用食品
16 水	牛乳 マンナ	ごはん 鯖の生姜煮 いそべあえ みそ汁	牛乳 すいか ぱりんこ	◆牛乳、マンナ ◆精白米/生さば、土生姜、三温糖、濃口しょうゆ/青梗菜、人参、きざみのり、濃口しょうゆ/南瓜、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/すいか/ぱりんこ
17 木	牛乳 ハイハイン	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、ハイハイン ◆精白米/豚肉、たまねぎ、人参、しめじ、ピーマン、ハヤシルウ、ウスターソース、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
18 金	牛乳 お子様せんべい	食パン 鶏のごま焼サクサク お浸し わかめスープ	牛乳 じゃこおにぎり	◆牛乳、お子様せんべい ◆食パン/鶏もも肉、塩・こしょう、ウスターソース、マヨドレ、パン粉、白いりごま、油/白菜、人参、濃口しょうゆ/わかめ、たまねぎ、人参、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/精白米、油、ちりめんじゃこ、粉かつお、濃口しょうゆ
19 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 火	牛乳 ハイハイン (野菜)	梅ごはん 炒り鶏 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、梅干し/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、うす揚げ、みそ、けずり節 ◆牛乳/小麦粉、バター、白ざとう
23 水	牛乳 お子様せんべい	ロールパン 魚のカレー揚げ 煮びたし 豆腐のスープ	牛乳 オレンジ ソフトサラダ	◆牛乳、お子様せんべい ◆ロールパン /キングフィレ、片栗粉、カレー粉、塩、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/ソフトサラダ
24 木	牛乳 ハイハイン	ごはん ビビンバ みそ汁	牛乳 人参ケーキ	◆牛乳、ハイハイン ◆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/とうがら、青ねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/小麦粉、ベーキングパウダー、人参、卵、三温糖、油
25 金	牛乳 ルヴァンクラシカル	ごはん さわらの照焼 ごまあえ みそ汁	牛乳 すいか 新潟仕込み こだわりの塩味	◆牛乳、ルヴァンクラシカル ◆精白米/さわら、三温糖、濃口しょうゆ、みりん/キャベツ、人参、白いりごま、濃口しょうゆ/さつまいも、たまねぎ、みそ、けずり節 ◆牛乳/すいか/新潟仕込み こだわりの塩味
26 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
28 月	牛乳 マンナ	ソフトフランス ポトフ トマトサラダ	牛乳 枝豆の塩ゆで ぼたぼた焼	◆牛乳、マンナ ◆ソフトフランス/ホウキ豆、じゃがいも、たまねぎ、大根、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/枝豆/ぼたぼた焼
29 火	牛乳 ハイハイン (野菜)	ごはん いなかみそ汁 ひじきのいため煮	牛乳 りんごゼリー ぶくぶくこくとうビスケット	◆牛乳、ハイハイン (野菜) ◆精白米/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/りんごジュース100%、寒天 (粉末)、白ざとう、水/ぶくぶく こくとうビスケット
30 水	牛乳 お子様せんべい	ごはん 鶏肉のみそ焼 お浸し 清汁	牛乳 いちごジャムサンド	◆牛乳、お子様せんべい ◆精白米/鶏もも肉、みそ、濃口しょうゆ、みりん/青梗菜、人参、濃口しょうゆ/水菜、えのきだけ、けずり節、薄口しょうゆ ◆牛乳/食パン、いちごジャム
31 木	牛乳 ベビーせんべい	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 味しらべ	◆牛乳、ベビーせんべい ◆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/味しらべ

【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	560	18.2~28.0	12.5~18.7	260
	平均栄養量	552	20.6	19.1	275
3歳未満児	目標量	470	15.3~23.5	10.5~15.7	220
	平均栄養量	478	17.3	16.7	261

