第一保育所　７月の献立

日	曜日	午前おやつ 離乳	午前おやつ 乳児	昼食献立	午後おやつ 離乳	午後おやつ 乳児	主な食材		kcal	塩分
1	火	ひじき せんべい	カニチップ	パン、ポークチャップ、フレンチサラダ、コーンポタージュ	魚 スナック	ココナッツ サブレ	パン、ジャム／豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、グリンピース、ケチャップ／キャベツ、胡瓜、人参、コーン／コーンポタージュの素	牛乳	464	1.9
2	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	夏野菜カレー、フライドポテト、フルーツヨーグルト	ハイハイン	動物 ビスケット	米、鶏肉、南瓜、茄子、玉葱、人参、ピーマン、カレー粉／フライドポテト／みかん缶、黄桃缶、パイン缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	510	1.3
3	木	魚 せんべい	ハッピーターン	ごはん、厚揚げの肉味噌かけ、ブロッコリーのおかか和え、吸物	野菜 スナック	バームクーヘン	米／厚揚げ、鶏ミンチ、玉葱、人参／ブロッコリー、人参、かつお節／麩、えのき、わかめ	牛乳	423	1.1
4	金	ハイハイン 野菜	ベジたべる	ゆかりごはん、鶏肉の唐揚げ、ほうれん草のごま和え、卵スープ	ベビーダノン	フルーチェ	米、ゆかり／鶏肉／ほうれん草、もやし、人参、ごま／卵、玉葱、人参／フルーチェの素、牛乳	牛乳	489	1.4
5	土	おかし	おかし	そうめん、鶏肉とじゃが芋煮、フルーツ	おかし	おかし	そうめん、人参、わかめ、オクラ／鶏肉、じゃが芋、グリンピース／黄桃缶	牛乳	414	1.7
7 七夕まつり	月	ハイハイン	星たべよ	コーンごはん、星のコロッケ、カリフラワーカレマヨ和え、そうめん汁	すいか	すいか・おかし	米、コーン／星のコロッケ／カリフラワー、人参、じゃが芋、ツナ、カレー粉、マヨネーズ／そうめん、錦糸卵、オクラ、人参、葱／すいか	牛乳	508	1.6
8	火	ひじき せんべい	かっぱえびせん	ごはん、豚肉の味噌炒め、みかん甘酢サラダ、吸物	魚 スナック	ハーベスト	米／豚肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン／キャベツ、胡瓜、みかん缶／豆腐、葱、わかめ	牛乳	480	1.4
9	水	おこめ せんべい	白い風船	豚丼、トマトとブロッコリーのサラダ、味噌汁	バナナ	プリン	米、豚肉、玉葱、人参／トマト、ブロッコリー、コーン、マヨネーズ／玉葱、油揚げ、小松菜／プリンの素、牛乳、ケーキシロップ	牛乳	486	1.2
10	木	魚 せんべい	ぽたぽた焼き	ごはん、ふりかけ、さわらの照り煮、スパゲティサラダ、吸物	野菜 スナック	ムーンライトクッキー	米／ふりかけ／さわら／スパゲティ、キャベツ、人参、かにかま、マヨネーズ／ほうれん草、なると、えのき	牛乳	485	1.7
11	金	ハイハイン 野菜	とんがりコーン	冷し中華、ミートボール、フルーツ	南瓜煮	ホットケーキ	中華麺、もやし、胡瓜、ハム、錦糸卵／肉団子、ケチャップ／みかん缶、パイン缶／ホットケーキミックス、牛乳、卵、ケーキシロップ	牛乳	549	2.6
12	土	おかし	おかし	お好み焼き、粉ふき芋、スープ	おかし	おかし	キャベツ、豚肉、葱、卵、小麦粉、青のり、かつお節、お好み焼きソース、マヨネーズ／じゃが芋、パセリ／玉葱、人参、わかめ	牛乳	444	1.2
14	月	ハイハイン	ばりんこ	ごはん、ふりかけ、南瓜コロッケ、春雨サラダ、中華スープ	バナナ	麩ラスク	米／ふりかけ／南瓜コロッケ／春雨、人参、ブロッコリー、錦糸卵、マヨネーズ／なると、葱、わかめ／麩、マーガリン（植物性）	牛乳	514	1.3
15	火	ひじき せんべい	カニチップ	カレーライス、コールスローサラダ、フルーツヨーグルト	野菜 スナック	ココナッツ サブレ	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉／キャベツ、人参、コーン、マヨネーズ、レモン果汁／みかん缶、黄桃缶、パイン缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	539	1.3
16	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	そぼろごはん、小松菜卵とじ、味噌汁	ハイハイン	ぶどう寒天	米、鶏ミンチ、グリンピース／小松菜、卵、人参／里芋、玉葱、油揚げ／ぶどうジュース、寒天	牛乳	446	1.4
17	木	魚 せんべい	ハッピーターン	ごはん、豚肉の焼肉風、ブロッコリーナムル、吸物	魚 スナック	動物 ビスケット	米／豚肉、キャベツ、玉葱、人参／ブロッコリー、人参／麩、わかめ、葱	牛乳	476	1.0
18	金	ハイハイン 野菜	ベジたべる	スパゲティミートソース、かにかまサラダ、コンソメスープ	ベビーダノン	豆乳きな粉餅	スパゲティ、合挽きミンチ、玉葱、人参、グリンピース、トマトソース、ケチャップ／もやし、胡瓜、かにかま、ドレッシング／玉葱、人参、しめじ、パセリ／豆乳、きなこ	牛乳	486	2.2
19	土	おかし	おかし	菜飯、ポテトとウインナー炒め、コンソメスープ	おかし	おかし	米、菜飯の素／じゃが芋、ウインナー、玉葱、いんげん／ミックスベジタブル、玉葱	牛乳	464	1.2
22	火	ひじき せんべい	かっぱえびせん	ごはん、豆腐ハンバーグ、ひじきサラダ、味噌汁	野菜 スナック	ハーベスト	米／豆腐ハンバーグ、玉葱、しめじ／ひじき、胡瓜、人参、コーン、ツナ、マヨネーズ／麩、小松菜、わかめ	牛乳	485	1.5
23	水	おこめ せんべい	白い風船	ごはん、肉じゃが、塩昆布和え、吸物	ベビーダノン	パイン寒天	米／じゃが芋、豚肉、玉葱、人参、いんげん、糸こんにゃく／キャベツ、胡瓜、人参、コーン、塩昆布／豆腐、みつば、わかめ／パインジュース、寒天	牛乳	459	2.0
24	木	魚 せんべい	ぽたぽた焼き	わかめごはん、筑前煮、マカロニサラダ、味噌汁	ひじき せんべい	ムーンライトクッキー	米、わかめご飯の素／鶏肉、ごぼう、里芋、さつま揚げ、人参、干ししいたけ、いんげん／マカロニ、胡瓜、人参、ツナ、マヨネーズ／なす、玉葱、油揚げ	牛乳	508	1.9
25	金	ハイハイン 野菜	とんがりコーン	焼きそば、コンソメポテトウインナー、スープ	バナナ	バナナ豆乳蒸しパン	中華麺、豚肉、キャベツ、人参、ピーマン／じゃが芋、ウインナー、パセリ／しめじ、玉葱、青梗菜／ホットケーキミックス、バナナ豆乳	牛乳	540	2.0
26	土	おかし	おかし	ひやむぎ、しらす入りスクランブルエッグ、フルーツ	おかし	おかし	ひやむぎ、なると、ほうれん草、わかめ、葱／卵、玉葱、しらす、ケチャップ／黄桃缶、パイン缶	牛乳	444	2.1
28	月	ハイハイン	ばりんこ	ごはん、サーモンフライ、ポテトサラダ、味噌汁	魚 スナック	ビスコ	米／サーモンフライ／じゃがいも、ミックスベジタブル、マヨネーズ／麩、わかめ、葱	牛乳	527	1.5
29	火	ひじき せんべい	かっぱえびせん	ごはん、麻婆豆腐、バンサンスー、スープ	ベビーダノン	カルピス寒天	米／豆腐、豚ミンチ、玉葱、葱、干ししいたけ／春雨、きゅうり、人参、ササミ／青梗菜、玉葱、人参／カルピス、寒天	牛乳	438	1.0
30	水	おこめ せんべい	カルシウム せんべい	サラダうどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ	さつま芋煮	ケークサレ	うどん、キャベツ、胡瓜、トマト、ツナ、コーン／竹輪、天ぷら粉、青のり／オレンジ／ホットケーキミックス、魚肉ソーセージ、コーン、パセリ、マヨネーズ	牛乳	458	2.5
31	木	魚 せんべい	ハッピーターン	親子丼、オーロラサラダ、味噌汁	野菜 スナック	雪の宿	米、卵、鶏肉、玉葱、干しいたけ、みつば／ブロッコリー、じゃが芋、人参、ケチャップ、マヨネーズ／玉葱、小松菜、油揚げ	牛乳	491	1.8

・離乳については、個々に合わせた材料・調理方法に変更して提供いたします。
・材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。
☆ホットケーキミックスは卵・乳なしのものを使用しています。
☆マヨネーズは特定原材料７品目、カレーは２８品目　未使用のもので提供しています。