

令和7年度

7月予定献立表(もも・ぶどう組)

社会福祉法人 イース団 一麦保育園

日	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)			
献立名	・ごはん ・カラスガレイの竜田揚げ ・いりどり煮 ・オレンジ	・ハヤシライス ・りんご	・ごはん ・鶏つくね ・ほうれん草入り味噌煮 ・バナナ	・ごはん★ ・豚肉入りごま野菜煮 ・オレンジ	・ごはん ・鮭の塩焼き ・中華風あん ・りんご	・ごはん ・豆腐の中華煮 ・バナナ	・ごはん ・鶏肉入りしょうゆコンソメ煮 ・りんご	・ごはん ・カラスガレイの味噌煮 ・ほうれん草入り野菜煮 ・オレンジ	・ごはん ・牛肉入りスバゲティ煮 ・バナナ	・ごはん★ ・コロケ ・鶏ガラスープ煮 ・オレンジ	・ごはん ・鶏団子 ・野菜コンソメ煮 ・りんご	・鶏肉入り煮込みうどん ・バナナ	・ごはん ・カラスガレイの煮付け ・ひじき大豆煮 ・りんご	・ごはん ・豚肉入りしょうゆ鶏がら煮 ・オレンジ	・ごはん ・鮭の味噌漬け焼き ・小松菜入り野菜煮 ・バナナ			
材料名および数量(g)	米 36 カラスガレイ 45 こいくちしょうゆ 1.9 本みりん 0.8 酒 0.8 片栗粉 4.5 なたね油 2.7 にんじん 20 たまねぎ 20 はくさい 15 こまつな 10 かぼちゃ 25 コーン缶 10 鳥がら 0.9 食塩 0.1 オレンジ 22.5	米 45 牛肉 18 たまねぎ 36 にんじん 18 木綿豆腐 27 たまねぎ 4.5 にんじん 4.5 マーガリン 4.5 コンソメ 1 白ワイン 0.4 とんかつソース 4 トマトケチャップ 8.1 食塩 0.09 りんご 22.5	米 45 鶏ミンチ 13.5 木綿豆腐 27 たまねぎ 9 にんじん 4.5 干しいたけ 0.6 鶏卵(ア) 7.2 パン粉 2.7 こいくちしょうゆ 1 三温糖 1 もやし 5 ほうれん草 10 キャベツ 15 にんじん 20 じゃがいも 25 たまねぎ 20 混合削り節 0.9 味噌 3.6 バナナ 22.5	米 36 豚肉 15 キャベツ 15 薄力粉 4.5 食塩 0.2 たまねぎ 18 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 にんじん 13.5 干しいたけ 0.9 ほうれん草 10 さつまいも 25 チンゲンサイ 9 鳥がら 0.7 カットわかめ 0.1 三温糖 1.35 ごま油 0.45 片栗粉 1.8 りんご 22.5	米 36 豚肉 18 鶏肉 15 キャベツ 15 にんじん 20 たまねぎ 20 三温糖 2.7 ピーマン 5 たまねぎ 20 薄力粉 3.1 鶏卵(ア) 15 牛乳 4.2 パイナップル 6.3 にんじん 20 たまねぎ 4.5 ピーマン 2.7 しめじ 3 木綿豆腐 5 いりごま 1.3 バナナ 22.5	米 36 豚肉 18 鶏肉 15 キャベツ 15 にんじん 20 たまねぎ 20 三温糖 1.8 混合削り節 0.9 さつまいも 25 たまねぎ 20 はくさい 15 にんじん 20 さつまいも 25 たまねぎ 20 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.1 三温糖 1.3 食塩 0.1 オレンジ 22.5	米 36 豚肉 15 鶏肉 15 キャベツ 18 にんじん 18 たまねぎ 18 かぼちゃ 25 さつまいも 25 チンゲンサイ 9 鳥がら 0.7 りんご 22.5	米 36 牛肉 15 スバゲティ 36 じゃがいも 25 にんじん 20 じゃがいも 45 たまねぎ 7.2 えのきたけ 2.2 ピーマン 2.7 たまねぎ 5 鶏卵(ア) 15 牛乳 0.9 コンソメ 0.9 トマトケチャップ 9 三温糖 1.8 食塩 0.09 バナナ 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 13.5 じゃがいも 45 たまねぎ 9 食塩 0.1 さつまいも 25 パイナップル 6.3 にんじん 20 たまねぎ 4.5 ピーマン 2.7 しめじ 3 木綿豆腐 5 いりごま 1.3 バナナ 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 13.5 じゃがいも 45 たまねぎ 9 食塩 0.1 さつまいも 25 パイナップル 6.3 にんじん 20 たまねぎ 4.5 ピーマン 2.7 しめじ 3 木綿豆腐 5 いりごま 1.3 バナナ 22.5	ゆでうどん 90 鶏肉 15 にんじん 20 たまねぎ 20 葉ねぎ 5 じゃがいも 25 三温糖 1.8 本みりん 0.8 カットわかめ 20 酒 0.1 食塩 0.09 ひじき 1 かぼちゃ 1.6 にんじん 20 はくさい 15 さやいんげん 4.5 水煮だいず 10 たまねぎ 20 油揚げ 3 竹輪 5.4 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.1 三温糖 1.8 本みりん 0.9 食塩 0.1 りんご 25	米 36 カラスガレイ 45 混合削り節 0.9 たまねぎ 2.7 三温糖 1.8 本みりん 10 水 10 赤みそ 1 こまつな 10 にんじん 20 酒 0.3 チンゲンサイ 10 木綿豆腐 10 赤みそ 1	米 36 豚肉 15 キャベツ 15 米みそ 5 本みりん 1.2 酒 1 たまねぎ 20 さつまいも 25 混合削り節 1 水 1.8 赤みそ 1	米 36 紅さけ 45 キャベツ 15 米みそ 5 たまねぎ 20 酒 1 混合削り節 1 さつまいも 10 はくさい 15 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 カットわかめ 0.1 水 1 こまつな 10 はくさい 15 にんじん 20 かぼちゃ 25 たまねぎ 20 カットわかめ 0.1 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 1.3 ごま油 0.45 片栗粉 1.8 バナナ 22.5	米 36 紅さけ 45 豚肉 18 鶏肉 15 キャベツ 15 にんじん 20 たまねぎ 18 かぼちゃ 25 さつまいも 25 チンゲンサイ 9 鳥がら 0.7 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏肉 15 キャベツ 18 にんじん 18 たまねぎ 18 かぼちゃ 25 さつまいも 25 チンゲンサイ 9 鳥がら 0.7 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏肉 15 キャベツ 18 にんじん 18 たまねぎ 18 かぼちゃ 25 さつまいも 25 チンゲンサイ 9 鳥がら 0.7 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏肉 15 キャベツ 18 にんじん 18 たまねぎ 18 かぼちゃ 25 さつまいも 25 チンゲンサイ 9 鳥がら 0.7 りんご 22.5
おやつ	バナナホットケーキ 牛乳	フライドポテト 牛乳	かわりラスク 牛乳	プレーンケーキ 牛乳	おかし 牛乳	大豆入りホットケーキ 牛乳	レーズンリッチ 牛乳	きなこトースト 牛乳	おほかおにぎり 牛乳	バナナケーキ 牛乳	おかし 牛乳	しめじおにぎり 牛乳	オレンジマーレドケーキ 牛乳	ほうれん草入り甘食 牛乳	じゃがいもボンデケーキ 牛乳			
エネルギー	492	440	457	420	446	449	414	444	458	536	408	416	492	408	444			
たんぱく質	20.2	12.2	17.7	12.3	20	17.5	13.3	21.8	16.6	16.8	12.1	14.3	22.9	13.9	21.3			
日	18日(金)	19日(土)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	【7月の行事食】 ★4日(金) たなばた ★11日(金) お誕生日会						
献立名	・ビーフライス ・さつまいもの甘煮 ・りんご	・煮込みラーメン ・豚団子 ・オレンジ	・ごはん ・豚じゃが ・オレンジ	・ごはん ・鮭の西京焼き ・きのこ野菜煮 ・バナナ	・夏野菜カレーライス ・りんご	・ごはん ・カラスガレイの揚げ煮 ・豆腐入り野菜煮 ・オレンジ	・ごはん ・鶏団子 ・ケチャップ煮 ・バナナ	・他人丼 ・りんご	・ごはん ・鮭のカレー揚げ ・コンソメ煮風 ・オレンジ	・煮込みラーメン ・りんご	・ごはん ・ポークビーンズ ・バナナ	【手作りおやつの材料】 ○ 1日(火) バナナ、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター (ア)卵 除去 ○ 2日(水) じゃがいも、油、塩 ○ 3日(木) 食パン、マヨネーズ、パセリ(ア)マヨネーズ→マヨドレ ○ 4日(金) 薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、マーガリン (ア)卵 除去 ○ 7日(月) 水煮大豆、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター (ア)卵 除去 ○ 8日(火) レーズン、強力粉、薄力粉、ドライイースト、三温糖、卵、牛乳、水、バター、塩 (ア)卵 除去 ○ 9日(水) 食パン、バター、きな粉、三温糖 ○ 10日(木) 米、花かつお、しょうゆ、みりん ○ 11日(金) バナナ、薄力粉、ベーキングパウダー、バター、三温糖、卵(ア)卵 除去 ○ 14日(月) 米、しめじ、油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、塩 ○ 15日(火) バター、三温糖、卵、薄力粉、ベーキングパウダー、マーマレードジャム (ア)卵 除去 ○ 16日(水) ほうれん草、薄力粉、ベーキングパウダー、重曹、バター、油、三温糖、卵、練乳、牛乳、メープルシロップ、水(ア)卵、重曹 除去 ○ 17日(木) じゃがいも、人参、ウインナー、米粉、片栗粉、三温糖、塩、油 (ア)ウインナー→シヤウエッセン 変更 ○ 18日(金) 卵、バター、三温糖、薄力粉 (ア)卵 除去 ○ 22日(火) おから、薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、牛乳、油 (ア)卵 除去 ○ 23日(水) 食パン、卵、牛乳、三温糖、バター(ア)卵 除去 ○ 24日(木) 薄力粉、ベーキングパウダー、三温糖、豆乳、油 ○ 25日(金) 薄力粉、三温糖、マーガリン、卵、ベーキングパウダー (ア)卵 除去 ○ 28日(月) 薄力粉、ベーキングパウダー、三温糖、卵、ヨーグルト、油(ア)卵 除去 ○ 29日(火) 豆腐、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター (ア)卵 除去 ○ 30日(木) 米、ツナ缶、塩昆布、ごま ○ 31日(木) 食パン、バター、グラニュー糖						
材料名および数量(g)	米 45 牛ミンチ 13.5 ごぼう 9 にんじん 9 さやいんげん 3.6 油揚げ 3.6 こいくちしょうゆ 3.6 白ワイン 0.36 本みりん 0.72 コンソメ 0.81 三温糖 2.3 さつまいも 30 混合削り節 0.45 三温糖 2.7 こいくちしょうゆ 1.3 食塩 0.09 りんご 22.5	ゆで中華めん 90 にんじん 20 たまねぎ 20 キャベツ 15 チンゲンサイ 10 さつまいも 25 木綿豆腐 10 カットわかめ 0.1 鳥がら 0.9 こいくちしょうゆ 2 三温糖 2.7 豚ミンチ 15 じゃがいも 5 片栗粉 0.1 オレンジ 22.5	米 36 豚肉 13.5 じゃがいも 40.5 にんじん 18 たまねぎ 36 さやいんげん 4.5 しらたき 13.5 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.1 食塩 0.27 三温糖 1.35 本みりん 0.45 酒 0.45 片栗粉 1.35 オレンジ 22.5	米 36 紅さけ 45 米みそ 5.4 かぼちゃ 27 なす 4.5 きゅうり 0.6 えだまめ 4.5 ピーマン 4.5 にんじん 13.5 本みりん 1.3 はちみつ 1.3 バナナ 2.7 木綿豆腐 15 りんご 1.8 コンソメ 20 薄力粉 6.3 マーガリン 4.5 カレー粉 0.2 こいくちしょうゆ 1.3 白ワイン 0.1 トマトケチャップ 1 なたね油 0.3 とんかつソース 2.7 食塩 0.09 りんご 22.5	米 36 牛肉 13.5 たまねぎ 36 カラスガレイ 45 片栗粉 2.7 なたね油 3.6 水 9 たまねぎ 20 にんじん 4.5 かぼちゃ 25 混合削り節 0.9 さつまいも 25 たまねぎ 20 ピーマン 15 キャベツ 15 コンソメ 15 トマトケチャップ 9 片栗粉 1.8 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 15 じゃがいも 5 糸みつば 0.1 鶏卵(ア) 36 かまぼこ(ア) 7.2 しらたき 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 キャベツ 15 コンソメ 5 食塩 1 片栗粉 1.35 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 15 じゃがいも 5 糸みつば 0.1 鶏卵(ア) 36 かまぼこ(ア) 7.2 しらたき 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 キャベツ 15 コンソメ 5 食塩 1 片栗粉 1.35 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 15 じゃがいも 5 糸みつば 0.1 鶏卵(ア) 36 かまぼこ(ア) 7.2 しらたき 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 キャベツ 15 コンソメ 5 食塩 1 片栗粉 1.35 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 15 じゃがいも 5 糸みつば 0.1 鶏卵(ア) 36 かまぼこ(ア) 7.2 しらたき 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 キャベツ 15 コンソメ 5 食塩 1 片栗粉 1.35 りんご 22.5	米 36 豚肉 15 鶏ミンチ 15 じゃがいも 5 糸みつば 0.1 鶏卵(ア) 36 かまぼこ(ア) 7.2 しらたき 9 混合削り節 0.9 こいくちしょうゆ 3.6 キャベツ 15 コンソメ 5 食塩 1 片栗粉 1.35 りんご 22.5	ゆで中華めん 90 豚肉 15 にんじん 20 たまねぎ 20 じゃがいも 13.5 さやいんげん 5 もやし 15 かぼちゃ 25 トマト 18 だいず 9 にんじん 13.5 パセリ 0.09 コーン缶 3.6 コンソメ 0.9 三温糖 0.7 トマトケチャップ 4.9 とんかつソース 1.8 こいくちしょうゆ 0.8 白ワイン 0.4 食塩 0.18 マーガリン 3.1 薄力粉 3.6 バナナ 22.5	○ 2日(水) じゃがいも、油、塩 ○ 3日(木) 食パン、マヨネーズ、パセリ(ア)マヨネーズ→マヨドレ ○ 4日(金) 薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、マーガリン (ア)卵 除去 ○ 7日(月) 水煮大豆、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター (ア)卵 除去 ○ 8日(火) レーズン、強力粉、薄力粉、ドライイースト、三温糖、卵、牛乳、水、バター、塩 (ア)卵 除去 ○ 9日(水) 食パン、バター、きな粉、三温糖 ○ 10日(木) 米、花かつお、しょうゆ、みりん ○ 11日(金) バナナ、薄力粉、ベーキングパウダー、バター、三温糖、卵(ア)卵 除去 ○ 14日(月) 米、しめじ、油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、塩 ○ 15日(火) バター、三温糖、卵、薄力粉、ベーキングパウダー、マーマレードジャム (ア)卵 除去 ○ 16日(水) ほうれん草、薄力粉、ベーキングパウダー、重曹、バター、油、三温糖、卵、練乳、牛乳、メープルシロップ、水(ア)卵、重曹 除去 ○ 17日(木) じゃがいも、人参、ウインナー、米粉、片栗粉、三温糖、塩、油 (ア)ウインナー→シヤウエッセン 変更 ○ 18日(金) 卵、バター、三温糖、薄力粉 (ア)卵 除去 ○ 22日(火) おから、薄力粉、ベーキングパウダー、卵、三温糖、牛乳、油 (ア)卵 除去 ○ 23日(水) 食パン、卵、牛乳、三温糖、バター(ア)卵 除去 ○ 24日(木) 薄力粉、ベーキングパウダー、三温糖、豆乳、油 ○ 25日(金) 薄力粉、三温糖、マーガリン、卵、ベーキングパウダー (ア)卵 除去 ○ 28日(月) 薄力粉、ベーキングパウダー、三温糖、卵、ヨーグルト、油(ア)卵 除去 ○ 29日(火) 豆腐、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳、卵、塩、三温糖、バター (ア)卵 除去 ○ 30日(木) 米、ツナ缶、塩昆布、ごま ○ 31日(木) 食パン、バター、グラニュー糖						
おやつ	アイスボックスクッキー 牛乳	おかし 牛乳	おからドーナツ 牛乳	フレンチトースト 牛乳	蒸しパン 牛乳	マーガリンケーキ 牛乳	おかし 牛乳	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	豆腐ホットケーキ 牛乳	ツナおにぎり 牛乳	ラスク 牛乳							
エネルギー	600	412	468	503	518	509	415	461	488	457	463							
たんぱく質	14.7	14.7	15.5	24.6	14.4	20.7	12.1	18.4	21.2	17.8	17.4							