

2025年7月度 きたばたけ保育園 2歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ② の日はお楽しみメニュー

日曜			主な材料	と体内での働き		おやつ(午前)	ð	おやつ(午後)
付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	鶏肉と野菜の甘酢炒め	鶏肉	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン	油・砂糖・でん粉	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし	カルシウムせんべい	さつま芋蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	焼かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩	お茶		豆乳・さつま芋・油
1 火	ごはん	まつ ウンス	+++	米	<i>+</i> ~1		牛乳	▲牛乳
	味噌汁フルーツ(黄桃缶)	赤みそ・白みそ	大根·小松菜 黄桃(缶詰)		だし			
	冷やし中華	ツナフレーク	きゅうり・太もやし・コーン・わかめ	中華麺・ごま油・砂糖	冷やし中華の素	かっぱえびせん	昆布おにぎり	米
	がんもの煮物	がんもどき		砂糖	だし・醤油・料理酒	お茶		塩昆布
2 水	ふりかけごはん			米	かつおふりかけ		牛乳	▲牛乳
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	サバの旨煮	さば	しょうが	砂糖	ウスターソース・醤油・料理酒	星たべよ	きなこバターサンド	▲食パン・きな粉
	ちくわと白菜の和え物	ちくわ	白菜・チンゲン菜		醤油・本みりん・だし	お茶		▲バター・砂糖
3 木	きんぴらごぼう		ごぼう・人参	つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん 味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	わかめ	米	 だし			
	カレーライス	・	五ねぎ・人参	米・じゃが芋・油		カルシウムせんべい	オレンジかん	寒天・オレンジジュース
	グリーンサラダ	115-17-5	キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油	お茶	7,000000	砂糖
4 金	フルーツ (バナナ)		バナナ				アンパンマンソフトせんべい	ソフトせんべい
							牛乳	▲牛乳
	わかめうどん	生揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	豚肉とかぼちゃの煮物	豚肉	かぼちゃ・グリンピース	砂糖・でん粉	だし・醤油・料理酒	お茶	お茶	ほうじ茶
5 土	菜めしごはん		菜めしの素	*				
	星のハンバーグ	ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース	星たべよ	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
	マカロニサラダ		コーン・ブロッコリー	マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用)		お茶	00,000	醤油・油
7月	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン	油	チキンコンソメ		牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
	天の川にゅうめん		オクラ	そうめん	だし・醤油・塩ピーチゼリー			
	ピーチゼリー 鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	カルシウムせんべい	ミルククッキー	小麦粉・ ▲ バター・油
	うす揚げと小松菜の煮浸し		小松菜•人参	砂糖	醤油・本みりん・だし	お茶		▲牛乳·砂糖
8 火	蒸しかぼちゃ		かぼちゃ		塩		牛乳	▲牛乳
	ごはん	±1.7	10 to to to to	*	+·* I			
	味噌汁 ナポリタンスパゲティ	赤みそ・白みそ ウインナー	わかめ・玉ねぎ 玉ねぎ・黄ピーマン・グリンピース	スパゲティ・油	だし トマトケチャップ・チキンコンソメ	かっぱラバせん	おかかおにぎり	米・かつお節
	ソハウダンスパクティ ツナとキャベツのサラダ	ツナフレーク	キャベツ・ブロッコリー	砂糖・オリーブ油	酢・塩	お茶	3073 13 BULGY	醤油
9 水	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	スープ		人参・チンゲン菜		チキンコンソメ			
	夏野菜マーボー丼	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・ビーマン・なす	米・油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	星たべよ	黒糖ラスク	▲食パン・▲バター
	切干大根の中華和え		切干大根・ほうれん草・人参	砂糖・ごま油	醤油	お茶		黒砂糖
10 木	中華スープ		太もやし・さやいんげん		中華だし・醤油・塩		牛乳	▲牛乳
	フルーツ(オレンジ)		オレンジ					
	白身魚の照焼	ホキ		砂糖・油	醤油・本みりん	カルシウムせんべい	ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ひじきサラダ		ひじき・人参・きゅうり	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	和風だし・醤油・本みりん	お茶		油・▲ヨーグルト・いちごジャム
11 金	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	ごはん		30*th 11*1*	*	T+2/720/1/			
 	スープ チャーハン	豚ひき肉	えのきたけ・小松菜 玉ねぎ・人参・さやいんげん	* · 油	チキンコンソメ 中華だし・塩・醤油	かわらかおかき	カルシウムせんがい	カルシウムせんべい
	ナムル	MUCK	本はさ・人参・さいいかりん 太もやし・ほうれん草・赤ピーマン・にんにく	・油 白ごま・砂糖・ごま油	中華にし・塩・醤油 醤油・塩	やわらかあかさ	お茶	ほうじ茶
12 土	中華スープ		白菜・わかめ		中華だし・醤油・塩	3371.		
-	白息色フラン	白身魚フライ		油		星たべよ	きなこ芸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	白身魚フライ ブロッコリーとコーンのサラダ	ロオポノノ1	ブロッコリー・人参・コーン	^油 砂糖・ごま油	 醤油・酢・本みりん	星にへよ お茶	さなと然しハン	豆乳・きな粉・油
14 月	焼じゃが			じゃが芋・油	塩		牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
	スープ		小松菜・玉ねぎ		チキンコンソメ			
	鶏肉のあおさ焼	鶏肉	あおさのり	砂糖・油	醤油・本みりん		豆腐ブラウニー	
15 ル	切干大根サラダーの景物	高野豆腐	切干大根・チンゲン菜・人参 グリンピース	砂糖・ごま油砂糖	醤油・酢・本みりん だし・醤油	お茶	牛乳	油・豆腐・砂糖 ▲牛乳
	同野立属の無物	الانتهاء عند الانتها		米	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		1 2.0	1 3 0
	味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ	おつゆ麩	だし			
<u> </u>		•	•	•	•			

おとれがファンボのアラグ 10		,			おやつ(午前) おやつ(午		づやつ(午後)		
1	付 日	昼食	主にからだをつくるもの		と体内での働き 主に熱や力のもとになるもの	その他			1
전 기대	\vdash	ハオコー戸座		白莖・人参・ほうれん草・しめじ		オイスターソース・醤油・中華だし	17.		
전실 13년 20년 - 1 12년 20년 20년 20년 20년 20년 20년 20년 20년 20년 2			77181 JOHN					フノ吸唱の焼き	
변경으로 전 경기 등 전	16 7 k) Lyly XOV			0071	上 到	
1				さやいんげん		 中華だし・醤油・塩		1 30	_ 1 50
2					110.77 5 143				
변경			さば・赤みそ		砂糖	 醤油・本みりん・料理洒	早たべよ	大学芋	さつま芋・油
対数からの日本記入 対数か 対数か 対数 対数 対数 対数 対数					37 170			755	
対している	17 木		75 200 KI		初来		00 /K	上 到	
최보신가				3165				1 30	_ 1 50
大学の子文 中央				玉ねぎ・わかめ		 だし、・ 響油・ 塩			
변경 20년 27년 27년 27년 2년			生 肉		米•油		カルシウムせんべい	ぶどうかん	寒天・ぶどうジュース
# 2 フレーツ (パナナ)		,						1310 2/370	
□ 売売では	18 全		5 (1)		711 05 176		0071	アンパンマンソフトせんべい	-5 1
類型では 類型では 対象のである 対象									
重要が上の地質のおきし								T-70	— 1 30
변경 : 변경 : 1 변		性きそげ		キャベツ・玉ねぎ・人参・青ねぎ	中華麺•油	中華だし、・塩・醤油	かわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
1					1 中華麵:油				
# 中国コロッケ 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日	10 +				じゃが芸		05米	05末	はプレボ
함께 보고 있는 전 20 보고 있는 20 보고 있	19 1	- 休喧/	がみて・ロ ので	(17)2.62	069.4	1,20			
함께 보고 있는 전 20 보고 있는 20 보고 있									
변경소 전 19 2 - 1	\vdash	上			▲牛肉コロッケ・油		カルシウムせんべい	ふんわりココマクッキ	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー
2 以 服用されびら にはん				白苺・ブロッコリー・コーン		學油•麻		13/01/9/2227/294	
正しん 接限性 接受・あるそ - 日から ほうれん量 大型 大型 大型 大型 大型 大型 大型 大	22 J						05米	十 図	
機能子 海ボ・赤かさ・白めで 行うれん等 かけます・カルション かけます かけ	22)			1170070 - 八多		たし・醤油・本のりが・科達店		十子。	▲十子□
★ 家児高度			沖増げ・赤みそ・ウみそ	ほうれん草		だし			
★ あおといかが					中・砂糖・ブん粉		カーピラスギャム	レニナ	小事料・気と料・ペーキンパパウパー・10種
2 日か	+							ヒーナクーキ	
中華だし、選胎・指				Ø8000		塩	の余	上 國	
フルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ(アレンツ) カルーツ・スクラ カルーの・スクラ カルーの・スクラ カルーツ・スクラ カルーの・スクラ	23 / K			"" " " " " " " " " " " " " " " " " " "	*			午乳	▲午乳
対応子の照り窓						中華にし・醤油・塩			
本々ペツとオクラのサラダ エマペツ・コーン・オクラ 技・砂糖 選出・酢 対系 小形ごシャム 本中別 本門 本門 本門 本門 本門 本別 本別 本	<u> </u>				N. 71 Met 140	100 L		- 1	
本			チキンホール		12 12 112			ジャムサンド	
ではん 株理計	ΙΙ.				油·砂糖		お茶		
配給計	24 木			かほちゃ		塩		牛乳	▲牛乳
銀肉と白菜のうどん ひじき									
② 金 金 かしてきとさつますの無物 たしてになん フルーツ (りんご告) ひじき さつます・砂糖 だし・醤油・ネみりん カンパンクロセルベリ カルシウムせんべい カルシウムせんべい かがき フルーツ (りんごも) お茶 はここはん 皮が汁 赤みそ・白みそ はつけん でし まなぎ・人参・がいな でんだり 海の かけばらい としまっか でしまっか でしまっか かいましん でし おかけ かいな アイ・スター かいましん でし おかけ かいましん でし おかま かいましん でし おかけ かいましん でし おかま かいましん でし おかま かいましん でし おかま かいましん でし かいましん かいましん でし かいましん でし かいましん かいましん かいましん かいましん でし かいましん でし かいましん でし かいましん でし かいましん アイス かいましん でし かいましん かいましん かいましん かいましん かいましん かいましん かいましん かいましん かいましん カンカンのとぼの 大き・いいな データン・メイス かいましん でし かいましん かいましん カンカンのにはん フルーツ (バナナ) かいましん カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) がいました カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) がいました ちょうりん おがま かいました かいましん カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) がいました おかり かいました ちょうりん カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) かいました カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) がいました カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) かいました カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) がいました 大き かいました カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) かいました カンカンのにはん フルーツ (バナナナ) がいました ないました カンカンのにはん かいました はん 原じ かがま 人参・グリンビース じゃがす・つきこんにゃく・泊・砂糖 だし・本みりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りの・グラコーマイ 肉にゆらが あがく・台みそ 太もかし・ほうれん草 がいました はん のまり (たし・本みりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん でし いまり はいました はん のまり (たし・ほうわん) 本人 (たし・ほうりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん のまり (たし・ほうりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん のまり (たし・ほうりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん のまり (たし・ほうりん・料理面・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん のまり (たし・ほうりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん でし いまり かいましん はん のまり (たし ・ 本りりん・料理酒・醤油 お来 4年乳 ・ 本りのこう はん ないましん はん のまり かいました はん ない かいましん はん かいましん はん ない はん はん はん かいましん はん かいましん はん かいましん はん ないましん はん かいましん はん ないましん はん ないましん はん				7 - 7 - 11					
## 1			鶏 肉					梅わかめおにぎり	
対し、アン (のんご伝)				ひじき			お茶		
豆腐のあんがけ丼 豚肉・豆腐 玉ねぎ・人参・さやえんどう 米・油・砂糖・でん物 醤油・本みりん・和風だし お茶 おかどうと小松梨のお浸し 味噌汁 かぼちゃひき肉フライ 大根 を動き 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大	25 金	7			*	ゆかり		牛乳	▲牛乳
5くわと小松菜のお浸し 5くわ 小松菜・えのきたけ 大根 巻越 ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボル・ボ		フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)					
古くわと小松菜のお浸し お茶 お茶 お茶 お茶 お茶 お茶 お茶 お		====+ / +>++	死中 三帝	Th# 14 +4-15	NA Set Tillight To AMA				+ u > . + / ^ v
1					米・油・砂糖・でん粉				
かぼちゃひき肉フライ だーフンソテー 大根サラダ 大根サラダ 大根サラダ 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・オリーブ油 水 大根・きゅうり・人参・レモン果汁 水 大根・オリーブ油 水 大成・ボーンの塩昆布和え 大水 大田 大田 大田 大田 大田 大田 大田	١.	2 115 - 0 121511150072			ALC THE		お茶	お茶	はつし余
28	26 I	I 味噌汁	亦みそ・日みそ	入根	- 一	12 C			
28									
B		かぼちょひき肉フラノ	かぼちゅ塩肉フライ		\string \text{th}		目たがと	10 6 - 10 6	棄王・りんごジューフ
22 月 大根サラダ			のほうではカンフィ	エわぎ・ピーマン		中華だし。塩・醤油		V)70C/3.70	7, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
ではん 中乳	~ E						の米		
映暗計	20 F			人様・さゆうり・人参・レモノ未汗		日に、一番、			
古身魚の蒲焼風 たら			去れる・ウルス	ほるわん草	·	+1		十子L	▲午子↓
キャベツの塩尾布和え ボーベツ・人参・塩尾布 カボ 大・ベツ・人参・塩尾布 ボーベツ・人参・塩尾布 カボ 大・ベツ・人参・塩尾布 ボーベッ・人参・塩尾布 ボーベッ・ ボーベッ・ ボーベッ・ ボーベッ・ ボーベッ・ ボーベッ・ ボーベー・カット ボーベー・カット ボーベー・カット ボーベー・カット・コーベー・カット・カット・コーベー・カット・コーベー・カット・カット・コーベー・カット・コーベー・カット・コーベー・カット・カット・コーベー・カッド 大・松田 大・松					1			S. # 1 -1	A \$ 18 \ A 18 D
22 火 蒸しさつま芋 ごはん 味噌汁 水 素みそ・白みそ 玉ねぎ・チンゲン葉 だし 塩油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒 かっぱえびせん お茶 納豆お焼き 醤油・でん粉・氷 本牛乳 米・納豆・あおる 醤油・でん粉・氷 ・パナナ 30 水 内のかつごはん フルーツ (パナナ) 豚肉 シューマイ ごはん 味噌汁 豚肉 肉しゅうまい 玉ねぎ・人参・グリンピース 肉しゅうまい じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖 米 だし・本みりん・料理酒・醤油 米 量たべよ お茶 キ乳 野菜パンケーキ 油・野菜&果物シ 本牛乳			たり		でん物・油・砂糖	料理酒・醤油・本みりん 		シュカートースト	
だし ボッチ・白みそ 玉ねぎ・チンゲン菜 だし ボッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロッチ・ロ				キャヘツ・人参・塩民作	\		お余	=	
味噌汁 赤みそ・白みそ 玉ねぎ・チンゲン菜 だし だし	29 人					温		牛乳	▲午乳
塩ラーメン 豚肉 玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 中華麺・油・ごま油 醤油・中華だし・塩・本みりん かっぱえびせん 納豆お焼き 米・納豆・あおさ 醤油・砂糖 カかめごはん カかめごはん フルーツ (バナナ) 豚肉 下し・醤油・料理酒 「だし・醤油・料理酒 上やが芋・つきこんにゃく・油・砂糖 だし・本みりん・料理酒・醤油 星たべよ 野菜パンケーキ 小麦粉・ベーキングパウタ シューマイ 内しゅうまい 大はん 味噌汁 赤みそ・白みそ 太もやし・ほうれん草 太もやし・ほうれん草 木 たし 大き油 大き地 大き地 大き地 大き地 大き油 大き地 大き地 大き地 大き油 大き地 大き 大き			+3.2 +		米	1			
30 水 切干大根の煮物 わかめごはん フルーツ (パナナ) が		· - · ·						A+=	N/ / /= ++···
30 水 わかめごはん フルーツ (バナナ)								納豆お焼き	米・納豆・あおさのり
プルーツ (バナナ)			さつま揚げ			たし・醤油・料埋酒	お茶		
あじゃが 対	30 水				米			牛乳	▲牛乳
31		フルーツ(バナナ)		バナナ					
31 本 ジューマイ 肉しゅうまい									
31 木 ごはん 味噌汁				玉ねぎ・人参・グリンピース	じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖	だし・本みりん・料理酒・醤油		野菜パンケーキ	
味噌汁 赤みそ・白みそ 太もやし・ほうれん草 だし			肉しゅうまい				お茶		油・野菜&果物ジュース
	31 木				米			牛乳	▲牛乳
ブルーツ(黄桃缶) 黄桃(缶詰)		味噌汁	赤みそ・白みそ			だし			
		フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					

栄養価の平均 エネルギー453kcal たんぱく質14.3g 脂質13.0g カルシウム183mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*} そば・落花生の入った食材は使用しておりません。 * 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。 * お米は国産米使用しています。 <アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 1歳児メニュー



★の日はお誕生日会 ② の日はお楽しみメニュー

_ naa			おやつ(午前)	おやつ(午後)				
日曜 付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	鶏肉と野菜の甘酢炒め	鶏肉	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン	 油・砂糖・でん粉	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし	カルシウムせんべい	さつま芋蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	焼かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩	お茶		豆乳・さつま芋・油
1 火	ごはん			*			牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	大根•小松菜		だし			
	フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
	冷やし中華	ツナフレーク	きゅうり・太もやし・コーン・わかめ	中華麺・ごま油・砂糖	冷やし中華の素	やわらかおかき	昆布おにぎり	米
	がんもの煮物	がんもどき		砂糖	だし・醤油・料理酒	お茶		塩昆布
2 水	ふりかけごはん			米	かつおふりかけ		牛乳	▲牛乳
	フルーツ(パイン缶)		パイン(缶詰)					
	サバの旨煮	さば	しょうが	砂糖	ウスターソース・醤油・料理酒		きなこバターサンド	▲食パン・きな粉
	ちくわと白菜の和え物	ちくわ	白菜・チンゲン菜		醤油・本みりん・だし	お茶	=	▲バター・砂糖
3 🛧	きんぴらごぼう		ごぼう・人参	つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	ごはん	京府・夫ルス・ウルス	hth	米	+			
	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	わかめ	W - 1" + 4"# - 3#	だし	± 11 > . ± / . ± /	+1 > (>);+) (寒エ・オレンバジューフ
	カレーライス グリーンサラダ	豚肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・レモン果汁	米・じゃが芋・油 砂糖・オリーブ油	カレーフレーク (アレルゲンフリー) 酢・塩・醤油		オレンシかん	寒天・オレンジジュース 砂糖
1 全	フルーツ(バナナ)		イヤハダ・ブロッコヴー・コーブ・さゅうり・レモン業分	が帰るカリーン油	日に一番・	お茶	アンパンマンハコトせんべい	ツフトせんべい
4 並			7799				牛乳	→ 牛乳
							十年	▲ + +0
	わかめうどん	生揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
	豚肉とかぼちゃの煮物	豚肉	かぼちゃ・グリンピース	砂糖・でん粉	だし・醤油・料理酒	お茶	お茶	ほうじ茶
5 ±	菜めしごはん		菜めしの素	*		00711	00711	
	3,110							
	星のハンバーグ	ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース	たべっ子ベイビー	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
	マカロニサラダ		コーン・ブロッコリー	マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用)		お茶		醤油・油
	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン	油	チキンコンソメ	0071	牛乳	▲牛乳
7月	ごはん			*				
	天の川にゅうめん		オクラ	そうめん	だし・醤油・塩			
	ピーチゼリー				ピーチゼリー			
	鶏肉の塩こうじ焼	鶏肉		油	塩こうじ	カルシウムせんべい	ミルククッキー	小麦粉・▲バター・油
	うす揚げと小松菜の煮浸し	油揚げ	小松菜・人参	砂糖	醤油・本みりん・だし	お茶		▲牛乳·砂糖
8 火	蒸しかぼちゃ		かぼちゃ		塩		牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ		だし			
	ナポリタンスパゲティ	ウインナー	玉ねぎ・黄ピーマン・グリンピース	スパゲティ・油	トマトケチャップ・チキンコンソメ		おかかおにぎり	
	ツナとキャベツのサラダ	ツナフレーク	キャベツ・ブロッコリー	砂糖・オリーブ油		お茶		醤油
9 水	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	スープ		人参・チンゲン菜		チキンコンソメ			
	夏野菜マーボー丼	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・ピーマン・なす	米・油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし・塩	たべっ子ベイビー	黒糖ラスク	▲食パン・▲バター
	切干大根の中華和え		切干大根・ほうれん草・人参	砂糖・ごま油	醤油	お茶		黒砂糖
10 木	中華スープ		太もやし・さやいんげん		中華だし・醤油・塩		牛乳	▲牛乳
	フルーツ(オレンジ)		オレンジ					
							<u> </u>	
	白身魚の照焼	ホキ		砂糖•油	醤油・本みりん	カルシウムせんべい	ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ひじきサラダ		ひじき・人参・きゅうり	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	和風だし・醤油・本みりん	お茶		油・▲ヨーグルト・いちごジャム
11 金	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	ごはん			米				
	スープ		えのきたけ・小松菜		チキンコンソメ			
	チャーハン	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・さやいんげん	米•油	中華だし・塩・醤油			カルシウムせんべい
	ナムル		太もやし・ほうれん草・赤ピーマン・にんにく	白ごま・砂糖・ごま油	醤油•塩	お茶	お茶	ほうじ茶
12 土	中華スープ		白菜・わかめ		中華だし・醤油・塩			
	白身魚フライ	白身魚フライ		油		たべっ子ベイビー	きなこ麸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ブロッコリーとコーンのサラダ		 ブロッコリー・人参・コーン	砂糖・ごま油	 醤油・酢・本みりん	お茶	こ。なこ派しバフ	豆乳・きな粉・油
14 日	焼じゃが			じゃが芋・油	塩塩	00/10	牛乳	五年ではるが、温
73	ごはん			米	- mand		1 30	_ 1 30
	スープ		 小松菜・玉ねぎ	715	チキンコンソメ			
	 鶏肉のあおさ焼	鶏肉	あおさのり	↓ 砂糖•油	醤油・本みりん	カルシウムせんべい	豆腐ブラウニー	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー
	切干大根サラダ		切干大根・チンゲン菜・人参	砂糖・ごま油	醤油・酢・本みりん	お茶		油・豆腐・砂糖
15 火	高野豆腐の煮物	高野豆腐	グリンピース	砂糖	だし・醤油		牛乳	▲牛乳
	ごはん			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ	おつゆ麩	だし			
<u> </u>	<u> </u>	1	1	1	1	1	1	<u>ı</u>

	FED			主な材料		おやつ(午前) おやつ(午		おやつ(午後)	
日付	曜日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
\vdash			豆腐・豚肉	白菜・人参・ほうれん草・しめじ	油・砂糖・でん粉	オイスターソース・醤油・中華だし			米・ツナフレーク・白ごま
		もやしとブロッコリーの中華和え	고도/영 - II오스리	ブロッコリー・太もやし	ごま油	醤油・本みりん・中華だし	お茶	フノ 外咱の姓と	赤みそ・醤油・砂糖
16		ごはん) LyLy XOV	米		0071	牛乳	▲牛乳
		はるさめスープ		さやいんげん		 中華だし・醤油・塩		1 50	_ 1 50
		フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)	110.77 5 143				
+	-+	サバの味噌煮	さば・赤みそ	しょうが		 醤油・本みりん・料理酒	たべっ子ベイビー	大学芋	さつま芋・油
		キャベツと小松菜のおかか和え	かつお節	キャベツ・小松菜・人参	37 170	醤油・本みりん・和風だし	お茶	77-7	砂糖・黒ごま
17		かぼちゃの甘辛和え	73 200KJ	かぼちゃ	砂糖	醤油	0071	牛乳	▲牛乳
		ごはん		3165	米			7 50	_ 1 50
		すまし汁		 玉ねぎ・わかめ		だし・醤油・塩			
	-+	ハヤシライス	上 牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米・ 油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ	カルシウムせんべい	ぶどうかん	寒天・ぶどうジュース
		ちくわとチンゲン菜のサラダ	ちくわ	チンゲン菜・太もやし・黄ピーマン	油・砂糖	醤油・酢	お茶	1312 3/370	砂糖
18		フルーツ(バナナ)	3 (1)	バナナ	711 05 176		00710	アンパンマンソフトせんべい	ソフトせんべい
	217							牛乳	▲牛乳
								T-3-0	— 1 30
-		焼きそば	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・人参・青ねぎ	 中華麺・油	 中華だし・塩・醤油	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
		厚揚げと小松菜のお浸し	生揚げ	小松菜	74	醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
19		味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	じゃが芋	だし	05 X	00 M	IN JON
10	_	小山八	<i>улор</i> С ч По р С	13/3 63		720			
\dashv	\dashv	 牛肉コロッケ			▲牛肉コロッケ・油		カルシウムせんべい	ふんわりココアクッキー	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー
		白菜とブロッコリーのサラダ		 白菜・ブロッコリー・コーン	油・砂糖	醤油 • 酢	お茶		砂糖・油・豆腐
22		根菜きんぴら		れんこん・人参	つきこんにゃく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒	05 X	牛乳	▲牛乳
		ごはん		100070 75	米	一人人		7-30	— 1 30
		味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	 ほうれん草		だし			
\vdash	_	家常豆腐	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ	玉ねぎ・しめじ・ピーマン・赤ピーマン・しょうが・にんにく	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし	やわらかおかき	ピーチケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖
1		あおさじゃが		あおさのり	じゃが芋	塩	お茶		豆乳・油・黄桃(缶詰)
23				3,000,000	*	-ini	05 JK	牛乳	▲牛乳
20		中華スープ		 小松菜・えのきたけ		中華だし・醤油・塩		T-3-0	▲ 〒₹0
		フルーツ(オレンジ)		オレンジ		十二にひ・醤油・塩			
H	-+	肉団子の照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	たべっ子ベイビー	ジャムサンド	▲舎パン
		キャベツとオクラのサラダ		キャベツ・コーン・オクラ	油•砂糖	醤油・酢	お茶	J 7 4 5 5 1	▲ R ハラ いちごジャム
24		素しかぼちゃ		かぼちゃ	760 - 1940-	塩	05 A	牛乳	▲牛乳
24		ごはん		7426	*	-m		十子山	▲ 十于0
		味噌汁	赤みそ・白みそ	 チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
\vdash	\rightarrow	鶏肉と白菜のうどん	鶏肉	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩	カルシウクせんべい	塩わかかおにぎり	*・わかめご飾の妻
		ひじきとさつま芋の煮物	2167	ひじき	さつま芋・砂糖	だし・醤油・本みりん	お茶	1419/3 090012 2 9	練り梅
25		赤しそごはん			米	ゆかり	00710	牛乳	▲牛乳
		フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)		1,973 9		7-30	_ 1 50
		270 2 (970Cm)		9702(11111)					
		豆腐のあんかけ丼	豚肉・豆腐	玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし	やわらかおかき	カルシウムせんべい	カルシウムせんべい
		ちくわと小松菜のお浸し	ちくわ	小松菜・えのきたけ		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
26		味噌汁	赤みそ・白みそ	大根	巻麩	だし	00 XIX	0071	
		9/10/1	3.07 6 207 6						
		かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃ挽肉フライ		油		たべっ子ベイビー	りんごかん	寒天・りんごジュース
		ビーフンソテー		玉ねぎ・ピーマン	ビーフン・油	中華だし・塩・醤油	お茶		砂糖
28	月	大根サラダ		大根・きゅうり・人参・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢•塩•醤油		アンバンマンソフトせんべい	ソフトせんべい
		ごはん			*			牛乳	▲牛乳
		味噌汁	赤みそ・白みそ	ほうれん草	おつゆ麩	だし			
		白身魚の蒲焼風	たら	しょうが	でん粉・油・砂糖	料理酒・醤油・本みりん	カルシウムせんべい	シュガートースト	▲食パン・▲バター
		キャベツの塩昆布和え		キャベツ・人参・塩昆布			お茶		砂糖
29	火	蒸しさつま芋			さつま芋	塩		牛乳	▲牛乳
		ごはん			*				
		味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・チンゲン菜		だし			
\sqcap	\rightarrow	塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・本みりん	やわらかおかき	納豆お焼き	米・納豆・あおさのり
		切干大根の煮物	さつま揚げ	切干大根・さやいんげん	油・砂糖	だし・醤油・料理酒	お茶		醤油・でん粉・油
30		わかめごはん		わかめご飯の素	*			牛乳	▲牛乳
		フルーツ(バナナ)		バナナ					
\Box	\dashv	肉じゃが	豚肉	玉ねぎ・人参・グリンピース	じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖	だし・本みりん・料理酒・醤油	たべっ子ベイビー	野菜パンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
		シューマイ	肉しゅうまい				お茶		油・野菜&果物ジュース
31		ごはん			*			牛乳	▲牛乳
		味噌汁	赤みそ・白みそ	太もやし・ほうれん草		だし			
		フルーツ(黄桃缶)		黄桃(缶詰)					
		, ., ,	I.	1	1	ı	たたげん版する	O 0555400	1

栄養価の平均 エネルギー454kcal たんぱく質14.3g 脂質13.0g カルシウム190mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*} そば・落花生の入った食材は使用しておりません。 * 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。 * お米は国産米使用しています。 <アレルギーについて>卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 完了期メニュー(12~18か月頃)

★の日はお誕生日会 ② の日はお楽しみメニュー



日曜			主な材料	と体内での働き	.	おやつ(午前)	đ	5やつ(午後)
付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	鶏肉と野菜の甘酢炒め	鶏肉	しめじ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・ピーマン	油・砂糖・でん粉	酢・醤油・トマトケチャップ・中華だし	ベビーせんべい	さつま芋蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	焼かぼちゃ		かぼちゃ	油	塩	お茶		豆乳・さつま芋・油
1 火	軟飯			米			牛乳	▲牛乳
	味噌汁	赤みそ・白みそ	大根・小松菜		だし			
	フルーツ(黄桃缶)	\\\\	黄桃(缶詰)		\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	m7+++		NZ
	冷やし中華	ツナフレーク がんもどき	きゅうり・太もやし・コーン・わかめ	中華麺・ごま油・砂糖砂糖	冷やし中華の素	野菜ハイハイン	昆布お焼き	米 塩昆布
2 7k	がんもの煮物 軟飯	איאיטכפ		米	だし・醤油・料理酒	お茶	牛乳	塩比切 ▲牛乳
2 3	ブルーツ (パイン缶)		パイン(缶詰)				T-30	
	白身魚の旨煮	たら	しょうが	砂糖	ウスターソース・醤油・料理酒	ベビーせんべい	きなこバターサンド	▲食パン・きな粉
	ちくわと白菜の和え物	ちくわ	白菜・チンゲン菜		醤油・本みりん・だし	お茶		▲バター・砂糖
3 木	きんぴらごぼう		ごぼう・人参	つきこんにゃく・白ごま・油・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	味噌汁	豆腐・赤みそ・白みそ	わかめ		だし			
	豚じゃが	豚肉	玉ねぎ・人参	じゃが芋・砂糖	和風だし・醤油・本みりん・料理酒		オレンジかん	
	グリーンサラダ		キャベツ・ブロッコリー・コーン・きゅうり・レモン果汁	砂糖・オリーブ油	酢・塩・醤油	お茶		砂糖
4 金	軟飯		70,,,,,,,,	米。そうゆん	±01			ベビーせんべい
	スープ		ブロッコリー 	そうめん	だし		牛乳	▲牛乳
	わかめうどん	生揚げ	わかめ・青ねぎ・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん・塩	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
	豚肉とかぼちゃの煮物	豚肉	かぼちゃ・グリンピース	砂糖・でん粉	だし・醤油・料理酒	お茶	お茶	ほうじ茶
5 ±				*			3	
	星のハンバーグ	ハンバーグ		油	トマトケチャップ・ウスターソース	野菜ハイハイン	じゃこお焼き	米・しらす・あおさのり
	マカロニサラダ		コーン・ブロッコリー	マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用)		お茶		醤油・油
7 月	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー	キャベツ・ほうれん草・赤ピーマン	油	チキンコンソメ		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	天の川にゅうめん		オクラ	そうめん	だし・醤油・塩			
\vdash	ピーチゼリー	鶏肉		油	ピーチゼリー 塩こうじ	ベビーせんべい	#+0++	さつま芋
	鶏肉の塩こうじ焼 うす揚げと小松菜の煮浸し		 小松菜 • 人参	砂糖	醤油・本みりん・だし	お茶	然さ フま手 牛乳	▲牛乳
8 W	蒸しかぼちゃ	/ш ₁₉₉ гу	かぼちゃ	מיזו ענו	塩塩	00Ж	 ₹0	
	軟飯			*				
	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ・玉ねぎ		だし			
	ナポリタンスパゲティ	ウインナー	玉ねぎ・黄ピーマン・グリンピース	スパゲティ・油	トマトケチャップ・チキンコンソメ	野菜ハイハイン	おかかお焼き	米・かつお節
	ツナとキャベツのサラダ	ツナフレーク	キャベツ・ブロッコリー	砂糖・オリーブ油	酢•塩	お茶		醤油
9 水	ロールパン			▲丸ロールパン			牛乳	▲牛乳
	スープ		人参・チンゲン菜		チキンコンソメ			
				11. \h. Tilviir ()//\	1557-t 1617-507-t-t-t-t-1			
	夏野菜マーボー丼	豆腐・豚ひき肉・鶏レバー煮込み・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・コーン・干しいたけ・ピーマン・なす 切干大根・ほうれん草・人参		醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油	ベビーせんべい	羔糖フスク	▲食パン・ ▲ バター 黒砂糖
10 ★	切干大根の中華和え 中華スープ		切十人根・はつれん草・人参 太もやし・さやいんげん	砂糖・ごま油 	醤油 中華だし・醤油・塩	お茶	牛乳	無砂糖 ▲牛乳
/	中華スープ フルーツ(オレンジ)		オレンジ				丁む	<u>→</u> 1 30
	白身魚の照焼	ホキ		砂糖•油	醤油・本みりん	野菜ハイハイン	ヨーグルトパンケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ひじきサラダ		ひじき・人参・きゅうり	砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用)	和風だし・醤油・本みりん	お茶		油・▲ヨーグルト・いちごジャム
11 金	蒸さつま芋			さつま芋			牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	スープ		えのきたけ・小松菜		チキンコンソメ			
	チャーハン	豚ひき肉	玉ねぎ・人参・さやいんげん	米•油	中華だし・塩・醤油			野菜ハイハイン
40 -	ナムル		太もやし・ほうれん草・赤ピーマン・にんにく	白ごま・砂糖・ごま油	醤油・塩	お茶	お茶	ほうじ茶
12 I	中華スープ		白菜・わかめ		中華だし・醤油・塩			
\vdash	 白身魚の煮付け	かれい	しょうが	砂糖	 醤油・料理酒・だし	野菜ハイハイン	きなこ蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖
	ブロッコリーとコーンのサラダ		ブロッコリー・人参・コーン	砂糖・ごま油	醤油・酢・本みりん	お茶		豆乳・きな粉・油
14 月	焼じゃが			じゃが芋・油	塩		牛乳	▲牛乳
	軟飯			*				
	スープ		小松菜・玉ねぎ		チキンコンソメ			
	鶏肉のあおさ焼	鶏肉	あおさのり	砂糖•油	醤油・本みりん	ベビーせんべい	豆腐ブラウニー	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・ココアパウダー
	切干大根サラダ		切干大根・チンゲン菜・人参	砂糖・ごま油	醤油・酢・本みりん	お茶		油・豆腐・砂糖
15 火	高野豆腐の煮物	高野豆腐	グリンピース	砂糖	だし・醤油		牛乳	▲牛乳
	軟飯	+2.2		米	+ • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			
	味噌汁	赤みそ・白みそ	キャベツ	おつゆ麩	だし			

			主な材料	おやつ(午前) おやつ(午後)				
日曜 日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
	ハナコーラウ				オイスターソース・醤油・中華だし			
	ハオユー豆腐	豆腐・豚肉	白菜・人参・ほうれん草・しめじ	油・砂糖・でん粉			ツナ味噌お焼き	米・ツナフレーク・白ごま
	もやしとブロッコリーの中華和え		ブロッコリー・太もやし	ごま油	醤油・本みりん・中華だし 	お茶		赤みそ・醤油・砂糖
16 水	_			米			牛乳	▲牛乳
	はるさめスープ		さやいんげん	緑豆春雨	中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(みかん缶)		みかん(缶詰)					N
	白身魚の味噌煮	かれい・赤みそ	しょうが	砂糖	醤油・本みりん・料理酒	ベビーせんべい	, , , ,	さつま芋・油
	キャベツと小松菜のおかか和え	かつお節	キャベツ・小松菜・人参		醤油・本みりん・和風だし	お茶		砂糖・黒ごま
17 木	かぼちゃの甘辛和え		かぼちゃ	砂糖	置油		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	すまし汁		玉ねぎ・わかめ		だし・醤油・塩			
	ハヤシライス	牛肉	玉ねぎ・人参・しめじ	米•油	ハヤシフレーク・トマトケチャップ	野菜ハイハイン		寒天・ぶどうジュース
	ちくわとチンゲン菜のサラダ	ちくわ	チンゲン菜・太もやし・黄ピーマン	油•砂糖	醤油•酢	お茶		砂糖
18 金	フルーツ(バナナ)		バナナ					ベビーせんべい
							牛乳	▲牛乳
	焼きそば	豚肉	キャベツ・玉ねぎ・人参・青ねぎ	中華麺•油	中華だし・塩・醤油	ベビーせんべい	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
	厚揚げと小松菜のお浸し	生揚げ	小松菜		醤油・本みりん・だし	お茶	お茶	ほうじ茶
19 土	味噌汁	赤みそ・白みそ	わかめ	じゃが芋	だし			
	マッシュポテト			▲マッシュポテト・油		ベビーせんべい	ふんわりココアクッキー	小麦粉・ココアパウダー・ベーキングパウダー
	白菜とブロッコリーのサラダ		白菜・ブロッコリー・コーン	油•砂糖	醤油•酢	お茶		砂糖•油•豆腐
22 火	根菜きんぴら		れんこん・人参	つきこんにゃく・油・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒		牛乳	▲牛乳
	軟飯			米				
	味噌汁	油揚げ・赤みそ・白みそ	ほうれん草		だし			
	家常豆腐	豚肉・生揚げ・テンメンジャン・赤みそ	玉ねぎ・しめじ・ピーマン・赤ピーマン・しょうが・にんにく	油・砂糖・でん粉	醤油・料理酒・中華だし	野菜ハイハイン	ピーチケーキ	小麦粉・でん粉・ベーキングパウダー・砂糖
\mathbf{x}	あおさじゃが		あおさのり	じゃが芋	塩	お茶		豆乳・油・黄桃(缶詰)
23 水	軟飯			*			牛乳	▲牛乳
	中華スープ		小松菜・えのきたけ		中華だし・醤油・塩			
	フルーツ(オレンジ)		オレンジ					
$\dashv \dashv$	肉団子の照り煮	チキンボール	しょうが	油・砂糖・でん粉	だし・醤油・本みりん	ベビーせんべい	ジャムサンド	▲食パン
	キャベツとオクラのサラダ		キャベツ・コーン・オクラ	油·砂糖	醤油・酢	お茶		いちごジャム
24 木	蒸しかぼちゃ		かぼちゃ		塩			▲牛乳
	軟飯			*			. 50	
	味噌汁	赤みそ・白みそ	チンゲン菜	おつゆ麩	だし			
+	鶏肉と白菜のうどん	鶏肉	白菜・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・砂糖	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩	野菜ハイハイン	梅わかめお焼き	米・わかめご飯の素
! !	ひじきとさつま芋の煮物	ر القار	ひじき	さつま芋・砂糖	だし・醤油・本みりん	お茶	1419/3 0900/98	練り梅
25 金				*		OOTI	牛乳	▲牛乳
	フルーツ(りんご缶)		りんご(缶詰)				1 30	_ 1 30
	270 2 (970CH)		9,00(188)					
\dashv	豆腐のあんかけ丼	豚肉・豆腐	玉ねぎ・人参・さやえんどう	米・油・砂糖・でん粉	醤油・本みりん・和風だし	ベビーせんべい	野芸ハイハイン	野菜ハイハイン
	ちくわと小松菜のお浸し	ちくわ	小松菜・えのきたけ	71 15 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17	醤油・本みりん・だし	お茶		ほうじ茶
26 +	味噌汁	赤みそ・白みそ	大根	巻 麩	だし	00710	0071	IO 3 O A
	外唱刀	300 C C	/ TIK		720			
\dashv	 マッシュパンプキン	マッシュパンプキン				野菜ハイハイン	りんごかん	寒天・りんごジュース
	ビーフンソテー	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	 玉ねぎ・ピーマン	一	 中華だし・塩・醤油	お茶	2.00.0	砂糖
28 日	大根サラダ		大根・きゅうり・人参・レモン果汁	ひーラフ・油 砂糖・オリーブ油	中華にして塩・醤油	00/10		ベビーせんべい
/5	軟飯		八瓜 こゆうう 八多 じこンネバ	米				▲牛乳
	味噌汁	 赤みそ・白みそ	 ほうれん草	おつゆ麩	だし		7-30	— + 30
\dashv	<u> </u>	たら	しょうが	でん粉・油・砂糖	料理酒・醤油・本みりん	ベビーせんべい	シュガートーフト	▲食パン・▲バター
1 1	キャベツの塩昆布和え	125	キャベツ・人参・塩昆布	C70初 - 7曲 - 197和	村连周・香油・本のが70	お茶	717-1-71	砂糖
1 1			イヤハグ・八多・塩比山	さつま芋	塩	る余	牛乳	▲牛乳
29 7					塩		十子山	▲十子□
	蒸しさつま芋							
	蒸しさつま芋 軟飯	赤ねる・ウセス	エわぎ・エンゲン苺	*	<i>‡</i> 1.			
\parallel	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁	赤みそ・白みそ	玉ねぎ・チンゲン菜	*	だし	野芸 ハノハ ノン・	始戸も座き	ツ・かつ・キャナック
	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン	豚肉	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・本みりん	野菜ハイハイン		米・納豆・あおさのり
30 ab	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物			・中華麺・油・ごま油 油・砂糖		野菜ハイハインお茶		醤油・でん粉・油
30 水	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯	豚肉	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん	中華麺・油・ごま油	醤油・中華だし・塩・本みりん			
30 水	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物	豚肉	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく	・中華麺・油・ごま油 油・砂糖	醤油・中華だし・塩・本みりん			醤油・でん粉・油
30 水	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯 フルーツ(バナナ)	豚肉さつま揚げ	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん バナナ	中華麺・油・ごま油油・砂糖米	醤油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒	お茶	牛乳	醤油・でん粉・油 ▲牛乳
	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯 フルーツ (バナナ)	豚肉 さつま揚げ 豚肉	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん	・中華麺・油・ごま油 油・砂糖	醤油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒	お茶 ベビーせんべい	牛乳	醤油・でん粉・油 ▲牛乳 ^{小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖}
	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯 フルーツ (バナナ)	豚肉さつま揚げ	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん バナナ	米 中華麺・油・ごま油 油・砂糖 米 じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖	醤油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒	お茶	牛乳 野菜パンケーキ	醤油・でん粉・油 ▲牛乳 ^{小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖} 油・野菜&果物ジュース
30 水	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯 フルーツ(バナナ) 肉じゃが シューマイ 軟飯	豚肉 さつま揚げ 豚肉 肉しゅうまい	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん パナナ 玉ねぎ・人参・グリンピース	中華麺・油・ごま油油・砂糖米	醤油・中華だし・塩・本みりんだし・醤油・料理酒 だし・番油・料理酒・醤油	お茶 ベビーせんべい	牛乳 野菜パンケーキ	醤油・でん粉・油 ▲牛乳 ^{小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖}
	蒸しさつま芋 軟飯 味噌汁 塩ラーメン 切干大根の煮物 軟飯 フルーツ (バナナ)	豚肉 さつま揚げ 豚肉	玉ねぎ・人参・小松菜・にんにく 切干大根・さやいんげん バナナ	米 中華麺・油・ごま油 油・砂糖 米 じゃが芋・つきこんにゃく・油・砂糖	醤油・中華だし・塩・本みりん だし・醤油・料理酒	お茶 ベビーせんべい	牛乳 野菜パンケーキ	醤油・でん粉・油 ▲牛乳 ^{小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖} 油・野菜&果物ジュース

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

* そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。

* お米は国産米を使用しています。

〈アレルギーについて〉卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 後期メニュー(9~11か月頃)



日曜		主な材料と体内での働き					おやつ(午前) おやつ(午後)	
付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
1 火	鶏肉と野菜の煮物 人参とピーマンの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・かぼちゃ 人参・ピーマン 大根・小松菜	でん粉 米	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆ	米 人参 ほうじ茶
2 水	豆腐と野菜の磯風味うどん ほうれん草とじゃが芋の煮物 りんごのコンポート	豆腐	玉ねぎ・人参・あおさのり ほうれん草 りんご	うどん・でん粉 じゃが芋 砂糖	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆ	米 赤みそ ほうじ茶
3 木	白身魚とブロッコリーの煮物 白菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	たら	プロッコリー 白菜・人参 チンゲン菜	でん粉 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶
4 金	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・小松菜 キャベツ ブロッコリー	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
7 月	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	ブロッコリー・赤パプリカ キャベツ・ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶
8 火	鶏肉とかぼちゃの煮物 小松菜と人参の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	かぼちゃ 小松菜・人参 玉ねぎ	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆ	米 人参 ほうじ茶
9 水	豆腐と野菜のうどん キャベツと人参の煮浸し フルーツ(バナナ)	豆腐	玉ねぎ・黄パプリカ キャベツ・人参 バナナ	うどん・でん粉	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
	鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとピーマンの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・ピーマン なす	でん粉 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
11 金	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	かれい	玉ねぎ・小松菜 大根・人参	でん粉 さつま芋 米	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆお茶	米 赤みそ ほうじ茶
	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の旨煮 5倍がゆ スープ	豆腐	プロッコリー・人参	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	米 きな粉 ほうじ茶
15 火	鶏肉と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参・キャベツ チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶

口頭			主な材		おやつ(午前)	おやつ(午後)		
日曜付日	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	献立	材料
16 水	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	白菜・人参 ブロッコリー ほうれん草	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆ	米 赤みそ ほうじ茶
17 木	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ スープ	かれい	小松菜・玉ねぎ かぼちゃ キャベツ・人参	でん粉 米	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆ	米 人参 ほうじ茶
18 金	鶏ささみと野菜の煮物 チンゲン菜の煮浸し 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・黄ピーマン チンゲン菜 人参	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
22 火	豆腐とほうれん草の煮物 ブロッコリーと人参の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	ほうれん草 ブロッコリー・人参 白菜・玉ねぎ	でん粉 米	だしだし	お茶	きなこ入り5倍がゆ	米 きな粉 ほうじ茶
23 水	鶏ささみと野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・赤パプリカ 小松菜	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だしだし	お茶	みそ入り5倍がゆお茶	米 赤みそ ほうじ茶
24 木	鶏肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉	キャベツ・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉 米	だしだし	お茶	ミルクパンがゆ お茶	▲食パン ▲スキムミルク ほうじ茶
25 金	豆腐と野菜のうどん さつま芋の煮物 フルーツ (バナナ)	豆腐	人参・白菜バナナ	うどん・でん粉 さつま芋	だしだし	お茶	あおさ入り5倍がゆ	米 あおさのり ほうじ茶
28 月	鶏ささみと野菜の煮物 人参の煮物 5倍がゆ スープ	鶏ささみ	玉ねぎ・ピーマン 人参 大根・ほうれん草	でん粉 米	だしだし	お茶	人参入り5倍がゆお茶	米 人参 ほうじ茶
29 火	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 5倍がゆ スープ	たら	キャベツ・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米	だしだし	お茶	きなこパンがゆ お茶	▲食パン・▲スキムミルク きな粉 ほうじ茶
30 水	鶏肉と野菜のうどん 人参の煮物 フルーツ (バナナ)	鶏ひき肉	小松菜・玉ねぎ 人参 バナナ	うどん・でん粉	だし	お茶	しらす入り5倍がゆ	米 しらす ほうじ茶
31 木	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 5倍がゆ スープ	豆腐	人参・玉ねぎ ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶	みそ入り5倍がゆ	米 赤みそ ほうじ茶

栄養価の平均 エネルギー150kcal たんぱく質7.3g 脂質1.4g カルシウム83mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*} そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
* 材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
* お米は国産米を使用しています。
〈アレルギーについて〉卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 中期メニュー(7~8か月頃)

	主な材料と体内での働き					おやつ(午前)	
付		昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立
1		鶏肉と野菜の煮物 人参とピーマンの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・かぼちゃ人参・ピーマン大根・小松菜	でん粉 米	だしだし	お茶
2	水	豆腐と野菜の磯風味うどん ほうれん草とじゃが芋の煮物 りんごのコンポート	豆腐	玉ねぎ・人参・あおさのり ほうれん草 りんご	うどん・でん粉 じゃが芋 砂糖	だしだし	お茶
3	木	白身魚とブロッコリーの煮物 白菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	たら	ブロッコリー 白菜・人参 チンゲン菜	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし	お茶
4		鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	玉ねぎ・小松菜 キャベツ ブロッコリー	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶
7.	月	白身魚と野菜の煮物 じゃが芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	プロッコリー・赤パプリカ キャベツ・ほうれん草	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶
8		鶏肉とかぼちゃの煮物 小松菜と人参の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	かぼちゃ 小松菜・人参 玉ねぎ	でん粉 米 そうめん	だしだし	お茶
9		豆腐と野菜のうどん キャベツと人参の煮浸し フルーツ(バナナ)	豆腐	玉ねぎ・黄パプリカ キャベツ・人参 バナナ	うどん・でん粉	だしだし	お茶
10		鶏ささみと野菜の煮物 玉ねぎとピーマンの煮物 7倍がゆ スープ	鶏ささみ	ほうれん草・人参 玉ねぎ・ピーマン なす	でん粉 米 おつゆ麩	だし だし	お茶
11 ;	金	白身魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	かれい	玉ねぎ・小松菜 大根・人参	でん粉 さつま芋 米	だしだし	お茶
14 ,	月	豆腐と野菜の煮物 じゃが芋の旨煮 7倍がゆ スープ	豆腐	プロッコリー・人参	でん粉 じゃが芋 米	だしだし	お茶
15		鶏肉と野菜の煮物 さつま芋の煮物 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉	人参・キャベツ チンゲン菜	でん粉 さつま芋 米 おつゆ麩	だし だし だし	お茶

コ 印建		主な材料と体内での働き					
1 曜	昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	
1 - 1	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮物	豆腐	白菜・人参 ブロッコリー	でん粉	だし だし	お茶	
6 水	7倍がゆ スープ		ほうれん草	米そうめん	だし		
	白身魚と野菜の煮物	かれい	小松菜・玉ねぎ	でん粉	だし	お茶	
	かぼちゃの旨煮		かぼちゃ		だし		
7 木	7倍がゆ スープ		キャベツ・人参	*	だし		
\dashv	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	玉ねぎ・黄ピーマン	でん粉	 だし	お茶	
	チンゲン菜の煮浸し		ランゲン菜	(7042)	だし	0071	
8 金	7倍がゆ			*			
	スープ		人参	そうめん	だし		
+	豆腐とほうれん草の煮物	豆腐	ほうれん草	でん粉	だし	お茶	
	ブロッコリーと人参の煮物		ブロッコリー・人参		だし		
2 火	7倍がゆ			*			
	スープ		白菜・玉ねぎ		だし		
\top	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	玉ねぎ・赤パプリカ	でん粉	だし	お茶	
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし		
3 水	7倍がゆ			*			
	スープ		小松菜	おつゆ麩	だし		
	鶏肉と野菜の煮物	鶏ひき肉	キャベツ・人参	でん粉	だし	お茶	
	かぼちゃの煮物		かぼちゃ		だし		
4 木	7倍がゆ			*			
	スープ		玉ねぎ・チンゲン菜		だし		
	豆腐と野菜のうどん	豆腐	人参・白菜	うどん・でん粉	だし	お茶	
	さつま芋の煮物			さつま芋	だし		
5 金	フルーツ(バナナ)		バナナ				
	鶏ささみと野菜の煮物	鶏ささみ	玉ねぎ・ピーマン	でん粉	だし	お茶	
	人参の煮物		人参		だし		
8月	7倍がゆ			*			
	スープ		大根・ほうれん草		だし		
	白身魚と野菜の煮物	たら	キャベツ・人参	でん粉	だし	お茶	
	さつま芋の煮物			さつま芋	だし		
9 火	7倍がゆ			*			
	スープ		玉ねぎ・チンゲン菜		だし		
	鶏肉と野菜のうどん	鶏ひき肉	小松菜・玉ねぎ	うどん・でん粉	だし	お茶	
	人参の煮物		人参		だし		
∞水	フルーツ(バナナ)		バナナ				
+	豆腐と野菜の煮物	豆腐	人参・玉ねぎ	でん粉	だし	お茶	
	じゃが芋の煮物			じゃが芋	だし		
11 木	7倍がゆ			*			
	スープ		ほうれん草	おつゆ麩	だし		

栄養価の平均 エネルギー74kcal たんぱく質4.6g 脂質0.8g カルシウム51mg

[★]献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

^{*}そば・落花生の入った食材は使用しておりません。
*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*お米は国産米を使用しています。
〈アレルギーについて〉卵●・乳▲・小麦■印のおやつは、卵・乳・小麦を含まないおやつに変更致します。



2025年7月度 きたばたけ保育園 初期メニュー(5~6か月頃)



アレルギー表示

●卯 ▲乳

	099			主な材料と		
日 付		昼食	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	火	小松菜のペースト 大根のペースト 1 O倍がゆ		小松菜 大根	*	
2	水	豆腐のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ	豆腐	人参	*	
3	木	白菜のペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		白菜 チンゲン菜	*	
4	金	小松菜のペースト キャベツのペースト 10倍がゆ		小松菜 キャベツ 	*	
7		じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト 1 0倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米	
8		かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 10倍がゆ		かぼちゃ 小松菜	*	
9	水	チンゲン菜のペースト 人参のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜 人参	*	
10	木	玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ	to to to to	玉ねぎ ほうれん草 	*	
11	金	白身魚のペースト 小松菜のペースト 1 O倍がゆ	かれい	小松菜	米	
14	月	じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		ブロッコリー	じゃが芋 米	
15	火	さつま芋ペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	さつま芋	
16	水	白菜のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		白菜 人参 	*	
17	木	白身魚のペースト かぼちゃのペースト 1 O倍がゆ	かれい	かぼちゃ	*	
18	金	玉ねぎのペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		玉ねぎ チンゲン菜 	*	
22	火	白菜のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		白菜 ブロッコリー 	*	
23	水	じゃが芋のペースト 人参のペースト 1 O倍がゆ		人参	じゃが芋 米	
24	木	キャベツのペースト かぼちゃのペースト 10倍がゆ		キャベツ かぼちゃ	*	
25	金	豆腐のペースト 人参のペースト 10倍がゆ	豆腐	人参	*	
28	月	ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 10倍がゆ		ほうれん草 玉ねぎ 	*	
29	火	さつま芋のペースト チンゲン菜のペースト 10倍がゆ		チンゲン菜	さつま芋	
30	水	人参のペースト ブロッコリーのペースト 10倍がゆ		人参 ブロッコリー	*	
31	木	じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 10倍がゆ		ほうれん草	じゃが芋 米	