

令和7年度					こんだてひょう						
日	曜	献立	材料	おやつ	材料	日	曜	献立	材料	おやつ	材料
1	火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	16	水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		厚蒸し卵	卵・グリーンピース・だし・醤油・三温糖	スライスチーズ	チーズ			豚しゃぶと冬瓜の梅だれ	豚肉・冬瓜・塩・酒・だし・梅干・生姜・醤油・片栗粉	牛乳	普通牛乳
		きゅうりとたこの酢の物	きゅうり・たこ・みょうが・わかめ・ごま・酢・三温糖・醤油					小松菜の炒め物	小松菜・パプリカ・玉葱・人参・醤油・塩	わらびもち	わらび粉・三温糖
		さつま芋の煮物	さつま芋・三温糖・塩					ねばねば和え	納豆・オクラ・だし・醤油	きな粉	きな粉・塩
		すまし汁	豆腐・えのき・豆苗・鰹節・昆布・醤油・塩					みそ汁	さつま芋・切干大根・葱・鰹節・昆布・みそ		
2	水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	17	木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		鯖の照り焼き	鯖・醤油・みりん	◆豚まん	小麦粉・ドライースト・塩			厚揚げのミートソース煮	厚揚げ・豚挽き肉・人参・玉葱・パセリ・ケチャップ・三温糖・塩	米粉クッキー	米粉・バター・牛乳
		切干大根の梅和え	切干大根・きゅうり・人参・梅干・ごま・だし・醤油・三温糖		小麦粉・玉葱・生姜			ビーフンの和え物	ビーフン・ツナ・パプリカ・酢・塩・油		三温糖
		みそ汁	南瓜・なめこ・葱・鰹節・昆布・みそ		三温糖・油			わかめスープ	わかめ・ほうれん草・コーン・コンソメ・醤油・塩・コショウ		
		フルーツ	オレンジ					フルーツ	グレープフルーツ		
3	木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	18	金	お弁当日		牛乳	普通牛乳
		豚肉の生姜焼き	豚肉・玉葱・スッキーニ・生姜・醤油・みりん	カル鉄スティック				ねじりん棒			
		じゃが芋のごま酢和え	じゃが芋・人参・糸こんにゃく・ちくわ・ごま・酢・醤油・三温糖・ごま油								
		おぼろ豆腐	おぼろ豆腐・醤油・鰹節・だし								
		みそ汁	なす・もやし・わかめ・鰹節・昆布・みそ								
4	金	ロールパン	ロールパン	牛乳	普通牛乳	19	土	冷やしうどん	うどん・豚肉・きゅうり・玉葱・葱・コーン・わかめ・鰹節・昆布・醤油・三温糖・みりん	牛乳	普通牛乳
		白身魚のフライ	黒鯛・米粉・パン粉・塩・コショウ・ケチャップ	おにぎり	米・強化米・梅干			さつま芋の煮物	さつま芋・三温糖・塩	野菜スナック	
		タルタルサラダ	キャベツ・きゅうり・パプリカ・ヒクルス・卵・マヨネーズ・塩・コショウ		鰹節・塩			デザート	ゼリー		
		スープ	玉葱・人参・ブロッコリー・塩・コショウ・コンソメ					ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		デザート	ゼリー					高野豆腐の唐揚げ	高野豆腐・ニンニク・酢・醤油・三温糖・酒・片栗粉	ラスク	パケット・バター・三温糖
5	土	ピラフ	米・強化米・ウインナー・玉葱・人参・グリーンピース・パセリ	牛乳	普通牛乳	22	火	南瓜のごま和え	南瓜・パプリカ・ピーマン・糸こんにゃく・ごま・だし・醤油・三温糖		
		ツナサラダ	ツナ・キャベツ・コーン・酢・油・塩	ミルクスティック				みそ汁	白菜・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ		
		スープ	わかめ・大根・コンソメ・醤油・塩					フルーツ	オレンジ		
		フルーツ	もも缶					ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
								卵焼き	ベーコン・卵・玉葱・塩・コショウ	南瓜ボーロ	南瓜・米粉・片栗粉・油
7	月	☆七夕メニュー☆				23	水	きゅうりの昆布和え	きゅうり・大根・わかめ・塩・昆布・醤油		ベーキングパウダー・三温糖
		七タそうめん	そうめん・卵・ささみ・きゅうり・人参・オクラ・椎茸・鰹節・昆布・醤油・三温糖	牛乳	普通牛乳			冬瓜のそぼろ煮	冬瓜・鶏挽き肉・だし・醤油・三温糖・片栗粉		豆乳
		南瓜の天ぷら	南瓜・小麦粉・ベーキングパウダー・塩	七タゼリー	りんごジュース・寒天・三温糖・みかん缶・もも缶・パン缶			すまし汁	白菜・えのき・人参・鰹節・昆布・醤油・塩		
		フルーツ	すいか					食パン(イチゴジャム)	食パン・イチゴジャム	牛乳	普通牛乳
								タンドリーチキン	鶏肉・じゃが芋・ニンニク・ヨーグルト・カレー粉・醤油・塩	五平餅	米・強化米・みそ
8	火	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	24	木	ラタトゥイユ	ベーコン・トマト・玉葱・なす・スッキーニ・南瓜・ニンニク・塩・オリーブ油		三温糖・ごま
		鮭の塩焼き	鮭・塩	コーンマヨトースト	食パン・コーン・玉葱・マヨネーズ・塩			モロヘイヤのスープ	モロヘイヤ・人参・エリンギ・コンソメ・塩・コショウ・醤油		
		高野豆腐の煮物	高野豆腐・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖					フルーツ	メロン		
		南瓜のマリネ	南瓜・酢・油・塩					ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		すまし汁	玉葱・しめじ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩					鮭の塩焼き	鮭・塩	すいか	すいか
9	水	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	25	金	五目大豆	大豆・ひじき・人参・椎茸・グリーンピース・鰹節・昆布・醤油・三温糖	ミレービスケット	
		卵とじ	卵・鶏肉・ニラ・キャベツ・醤油・塩	ういろう	米粉・片栗粉・三温糖・ゆで小豆			南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖		
		もずく納豆	もずく酢・納豆・醤油					みそ汁	切干大根・わかめ・鰹節・昆布・みそ		
		切干大根の煮物	切干大根・椎茸・グリーンピース・だし・醤油・三温糖					きのこスパゲティ	スパゲティ・ベーコン・玉葱・しめじ・エリンギ・のり・バター・醤油・オリーブ油・塩	牛乳	普通牛乳
		みそ汁	じゃが芋・なめこ・わかめ・鰹節・昆布・みそ					フレンチサラダ	ツナ・キャベツ・人参・酢・塩・油	あずきクラッカー	
10	木	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	26	土	スープ	南瓜・コーン・わかめ・コンソメ・醤油・塩・コショウ		
		★ムサカ	なす・じゃが芋・玉葱・ニンニク・合挽肉・ケチャップ・トマト缶・米粉・バター・牛乳・塩	ごまスティック	小麦粉・強力粉・三温糖・バター・黒ごま・ドライースト			フルーツ	もも缶		
		ガーリック炒め	ブロッコリー・ニンニク・塩					ごはん	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		ツナサラダ	きゅうり・人参・ツナ・酢・塩・油					カレイの煮付け	カレイ・生姜・醤油・三温糖	きな粉マカロニ	マカロニ・きな粉
		スープ	大根・グリーンピース・コンソメ・塩・コショウ・醤油					切干大根の煮物	切干大根・椎茸・人参・グリーンピース・だし・醤油・三温糖		三温糖・塩
11	金	☆誕生日会メニュー☆				27	月	みそ汁	さつま芋・玉葱・葱・鰹節・昆布・みそ		
		しらすチャーハン	米・強化米・しらす・卵・玉葱・人参・小松菜・ごま・ごま油	牛乳	普通牛乳			フルーツ	オレンジ		
		ハムサラダ	中華だし・醤油・塩・コショウ	プリンアラモード	牛乳・卵・グラニュー糖・パニエッセンス・生クリーム			ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		春雨スープ	ハム・キャベツ・きゅうり・コーン・酢・塩・油					★ザジギ	鶏肉・玉葱・きゅうり・卵・ヨーグルト・パセリ・レモン・ニンニク・塩・コショウ	ゆでとうもろこし	とうもろこし・塩
		フルーツ	春雨・冬瓜・椎茸・豆苗・中華だし・醤油・塩・コショウ					ひじきの煮物	ひじき・人参・油揚げ・だし・醤油・三温糖		
12	土	フルーツ	メロン			29	火	じゃが芋の炒め物	じゃが芋・ベーコン・パプリカ・グリーンピース・塩・コショウ		
		そぼろ丼	米・強化米・鶏挽肉・卵・人参・ほうれん草・醤油・三温糖・だし・片栗粉	牛乳	普通牛乳			すまし汁	麩・三つ葉・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩		
		白菜のおかか和え	白菜・パプリカ・鰹節・だし・醤油・三温糖	畑のクラッカー				ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳
		みそ汁	さつま芋・油揚げ・わかめ・鰹節・昆布・みそ					卵とじ煮	ちくわ・玉葱・キャベツ・グリーンピース・卵・だし・醤油・三温糖	ヨーグルト	ヨーグルト・三温糖
		フルーツ	バナナ					南瓜のマリネ	南瓜・酢・油・塩		いちごジャム
14	月	ご飯	米・強化米	牛乳	普通牛乳	30	水	すまし汁	大根・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩		
		牛肉の甘辛煮	牛肉・玉葱・大根・糸こんにゃく・葱・醤油・三温糖	レーズンパン				フルーツ	バナナ		
		ひじきの炒め物	ひじき・人参・コーン・グリーンピース・醤油・三温糖・ごま油					枝豆ご飯	米・強化米・枝豆・刻み昆布・塩・酒	牛乳	普通牛乳
		南瓜の煮物	南瓜・醤油・三温糖					鯖のバター蒸し	鯖・バター・塩・コショウ	さつま芋スティック	さつま芋・塩
		みそ汁	麩・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・みそ					炒めビーフン	ビーフン・豚挽肉・椎茸・ピーマン・玉葱・醤油・塩・ごま油		三温糖・油
15	火	◆たこ飯	米・強化米・たこ・昆布・醤油・みりん・酒	牛乳	普通牛乳	31	木	花野菜のサラダ	ブロッコリー・きゅうり・トマト・マヨネーズ・塩		
		卵焼き	卵・だし・醤油・三温糖	ふかし芋	さつま芋・塩			みそ汁	南瓜・切干大根・葱・鰹節・昆布・みそ		
		夏野菜サラダ	トマト・スッキーニ・南瓜・酢・油・塩								
		そうめん汁	そうめん・玉葱・えのき・葱・鰹節・昆布・醤油・塩								
		フルーツ	すいか								
【7月の行事食】 ・1日 半夏生(たこ) ・7日 セツ					朝のおやつ ・0歳児は、菓子類(赤ちゃんせんべい・さくふわせんべい)、南瓜の煮物、フルーツ等です ・1、2歳児は、菓子類(カル鉄スティック・野菜スティック・紫いもチップ・ひじきあられ・スイートポリコーン等)、フルーツ等と干しぶどう(週3回程度)です ※フルーツはバナナ・オレンジ・グレープフルーツ・みかん等を使用します 夕方延長のおやつは、おにぎり、菓子類(週1回程度)等です 菓子類は全て、添加物の少ないもの(サンコー食品)を使用しています 強化米は、鉄分とビタミン類が強化されたお米です えび、貝類の提供は、幼児クラスのみになります ◆マークは兵庫県の郷土料理を取り入れています ★マークは世界の料理(ギリシャ)を取り入れています						
【旬の野菜を食べよう】 園では、元気な身体を作るために、旬の野菜を食べる事を大切にしています。7月の献立には、ズッキーニ、オクラ、とうもろこし、冬瓜、モロヘイヤ、枝豆などの夏野菜が登場します。色々な味を経験し、しっかり栄養を摂って、暑さに強い身体を作っていきたいと思います。 【 つぶやき・様子 】 ・職員がエプロンをつけ始めると、ワクワクして見つめてくれる姿がかわいいです 0歳児クラス ・保「お箸、上手だね」、子「先生もめっちゃ上手やで！」 2歳児クラス ・世界の料理をお家でも作ってもらったようで、うれしそうにお話してくれました 「昨日の晩ごはんは、ご飯とお汁とパネクック食べたよ！」 幼児クラス											