



7月の予定こんだてひょう(3~5才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤; 血や肉になる	黄; 熱や力になる	緑; 調子をととのえる
1	月	ハムカツ・もやしの青じそ和え 厚焼き玉子・納豆ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	554	19.6	19.7	2.2	ハムカツ 厚焼き玉子 納豆・牛乳	青じそドレッシング 精白米 麩・バター	もやし・人参 インゲン・黄ピーマン 白菜・ごぼう
2	火	タラの甘酢あんかけ・カニシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	醤油せんべい 麦茶	556	14.8	22.7	2.1	タラ・ハム カニシューマイ わかめ・牛乳	片栗粉・甘酢あん 春雨・マヨネーズ 精白米・醤油せんべい	玉ねぎ・人参 チンゲン菜 コーン・ねぎ
3	水	鶏の味噌焼き・揚げ里芋 小松菜のツナ和え・ごはん すまし汁・牛乳	枝豆チーズ蒸しパン 麦茶	503	19.3	16.3	1.7	鶏肉 ツナ・牛乳 チーズ	里芋・片栗粉 精白米 蒸しパンミックス	小松菜・もやし 人参・ほうれん草 しめじ・枝豆
4	木	ポークカレー・福神漬け ブロッコリーサラダ フルーツポンチ・麦茶	ドーナツ 牛乳	612	16.6	16.4	2.5	豚肉・牛乳	精白米・じゃが芋 イタリアンドレッシング パーモントフレーク・ドーナツ	玉ねぎ・人参・福神漬け ブロッコリー・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
5	金	お誕生会・・・七夕そうめん 星型コロッケ・蒸し鶏サラダ すいか・カルピス	キラキラゼリー 麦茶	445	14.0	12.7	2.0	鶏肉	そうめん・星型コロッケ 和風ドレッシング カルピス・ゼリーの素	オクラ・人参・コーン キャベツ・きゅうり すいか・黄桃缶
6	土	豚肉の生姜焼き・白菜の昆布茶和え さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	504	16.3	13.6	1.5	豚肉 昆布茶・油揚げ 牛乳	さつま芋 精白米 ビスケット	玉ねぎ・生姜 白菜・人参 きゅうり・大根
7	日									
8	月	いわしの生姜煮・豆腐サラダ 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ミニアメリカン ドッグ 麦茶	565	23.7	18.5	2	いわしの生姜煮 豆腐・さつま揚げ 牛乳	青じそドレッシング 精白米・じゃが芋 ミニアメリカンドッグ	きゅうり・トマト 切干大根・人参 グリーンピース・玉ねぎ
9	火	焼きそば・とうもろこし 花野菜サラダ オニオンスープ・牛乳	梅おかかおにぎり 麦茶	510	19.9	9.7	2.7	豚肉 牛乳 かつお節	焼きそば麺・精白米 焼きそばソース イタリアンドレッシング	キャベツ・人参・にら・練り梅 もやし・ブロッコリー・コーン カリフラワー・玉ねぎ・パセリ缶
10	水	鶏の照り焼き・ほうれん草のお浸し 五目豆・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ(いちご) 麦茶	518	24.8	15.3	1.8	鶏肉 大豆・のり佃煮 牛乳	精白米 里芋 フルーチェ(いちご)	ほうれん草・もやし 大根・筍・レンコン 人参・小松菜
11	木	麻婆ナス丼・揚げ餃子 チンゲン菜の中華和え たまごスープ・牛乳	バウムクーヘン りんごジュース	584	16.8	21.8	2.5	豚肉 餃子・卵 牛乳	麻婆豆腐の素・ごま油 精白米・バウムクーヘン りんごジュース	ナス・筍・人参・ねぎ にら・チンゲン菜 白菜・こねぎ
12	金	ジャムパン・メンチカツ マカロニサラダ トマトスープ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	595	18.6	22.9	2.6	ハム・メンチカツ ウインナー・牛乳 鶏肉	食パン・ジャム マカロニ・マヨネーズ 精白米	人参・きゅうり・黄ピーマン 玉ねぎ・トマト缶 バナナ・ほうれん草・椎茸
13	土	鶏のから揚げ・高野豆腐の五目煮 ブロッコリーの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	524	22.8	17.3	2.3	鶏肉 高野豆腐 牛乳	片栗粉・精白米 和風ドレッシング サラダせんべい	ブロッコリー・人参 コーン・椎茸・筍 キヌサヤ・もやし・にら
14	日									
15	月	海の日								
16	火	白身魚フライ・金時豆 きゅうりの酢の物・菜飯 豚汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	513	17.5	14.3	1.7	白身魚フライ・金時豆 わかめ・かにかまぼこ 豚肉・牛乳	麩 精白米 リッツ・マシュマロ	きゅうり・菜飯の素 大根・人参 白菜・ごぼう
17	水	チキンピカタ・ジャーマンポテト キャベツのシーザーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	桃ヨーグルト 麦茶	569	23	18.6	2.4	鶏肉・卵 チーズ・ウインナー 牛乳・ヨーグルト	小麦粉・じゃが芋 シーザードレッシング 精白米	キャベツ・人参・黄ピーマン 玉ねぎ・コーン・パセリ缶 ほうれん草・しめじ・黄桃缶
18	木	チンジャオロース・春雨サラダ エビ団子フライ・ごはん 中華スープ・牛乳	きな粉トースト 麦茶	584	21.3	19.5	2.2	豚肉・ハム エビ団子フライ 牛乳・きな粉	チンジャオロースの素 春雨・和風ドレッシング 精白米・食パン	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・きゅうり・コーン チンゲン菜・もやし
19	金	セレクト給食・・・冷やしうどん ①さつま芋の天ぷら②鶏天③きすの天ぷら 納豆サラダ・みかん缶・牛乳	チャーハンおにぎり 麦茶	532	17.9	12.7	2.7	かまぼこ・わかめ・牛乳 納豆・②きす・③鶏肉 卵・焼き豚・なると	うどん・てんぷら粉 ①さつま芋 精白米	ほうれん草・もやし 人参・みかん缶 グリーンピース
20	土	サバの味噌煮・海藻サラダ 里芋そぼろあんかけ・ごはん すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	504	20.9	12	2.5	サバ 海藻サラダ・鶏肉 牛乳	青じそドレッシング 里芋・片栗粉・精白米 星型せんべい	大根・きゅうり ほうれん草 しめじ
21	日									
22	月	とんかつ・オクラのお浸し ひじき煮・ごはん 味噌汁・牛乳	クリームパン 野菜ジュース	562	21.4	17.5	2.2	とんかつ・ひじき さつま揚げ・大豆 牛乳	精白米 クリームパン 野菜ジュース	オクラ・もやし 人参・しめじ 白菜・ごぼう
23	火	冷やし中華・春巻き ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	526	17.8	16.1	2.5	ハム・錦糸卵 春巻き・牛乳 ベーコン・チーズ	冷凍ラーメン 冷やし中華スープ 精白米	きゅうり・人参 ブロッコリー・バナナ トマト缶・玉ねぎ
24	水	ツナピラフ・チキンナゲット 大根のイタリアンサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	あずきクリームク ラッカー 麦茶	515	16.0	20.6	2.8	ツナ・ハム チキンナゲット ウインナー・牛乳	精白米・リッツ イタリアンドレッシング こしあん・ホイップクリーム	玉ねぎ・ミックスベジタブル 大根・人参・きゅうり 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
25	木	鶏のすっぽ煮・五色和え 里芋味噌煮・枝豆ごはん すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	503	20.3	12.3	2.2	鶏肉 わかめ・錦糸卵 牛乳	里芋 精白米 ゼリーの素	もやし・人参 きゅうり・枝豆 小松菜・しめじ・黄桃缶
26	金	肉丼・ポテトフライ キャベツのごまドレ和え なめこ汁・牛乳	野菜入りパンケー キ 麦茶	571	22.1	21.8	2.1	豚肉 豆腐・牛乳 ハム・チーズ	精白米・ポテトフライ ごまドレッシング ホットケーキミックス	キャベツ・人参 コーン・なめこ ねぎ・ほうれん草
27	土	なつまつり								
28	日									
29	月	肉野菜炒め・かぼちゃの甘煮 ブロッコリーのゆかり和え・ごはん 味噌汁・牛乳	ココア揚げパン 麦茶	515	19.0	13.7	2.1	豚肉 油揚げ 牛乳	精白米 コッペパン ココア	キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・ブロッコリー ゆかり・かぼちゃ・大根
30	火	野菜コロッケ・昆布ぴら もやしの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	プリン 麦茶	518	16.8	16.3	2.2	ハム・昆布 鶏肉 牛乳	野菜コロッケ・ごま油 和風ドレッシング 麩・精白米・プリン	もやし・人参 インゲン・黄ピーマン ごぼう・椎茸・小松菜
31	水	トマトハヤシライス・オムレツ コロコロサラダ レモンゼリー・麦茶	たい焼き 牛乳	660	21.6	20.5	2.8	豚肉 大豆・オムレツ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク 青じそドレッシング ゼリーの素・たい焼き	玉ねぎ・人参 しめじ・大根 きゅうり・コーン

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



7月の予定こんだてひょう(2才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	月	チーズかまぼこ	ハムカツ・もやしの青じそ和え 厚焼き玉子・納豆ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	526	18.6	18.7	2	チーズかまぼこ・ハムカツ 厚焼き玉子 納豆・牛乳	青じそドレッシング 精白米 麩・バター	もやし・人参 インゲン・黄ピーマン 白菜・ごぼう
2	火	オレンジ	タラの甘酢あんかけ・カニシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	醤油せんべい 麦茶	528	14.1	21.6	1.9	タラ・ハム カニシューマイ わかめ・牛乳	片栗粉・甘酢あん 春雨・マヨネーズ 精白米・醤油せんべい	オレンジ・玉ねぎ・人参 チンゲン菜 コーン・ねぎ
3	水	たまごボーロ	鶏の味噌焼き・揚げ里芋 小松菜のツナ和え・ごはん すまし汁・牛乳	枝豆チーズ蒸しパン 麦茶	478	18.3	15.5	1.5	鶏肉 ツナ・牛乳 チーズ	里芋・片栗粉 たまごボーロ・精白米 蒸しパンミックス	小松菜・もやし 人参・ほうれん草 しめじ・枝豆
4	木	野菜せんべい	ポークカレー・福神漬け ブロッコリーサラダ フルーツポンチ・麦茶	ドーナツ 牛乳	581	15.8	15.6	2.3	豚肉・牛乳	野菜せんべい・精白米・じゃが芋 イタリアンドレッシング パーモントフレーク・ドーナツ	玉ねぎ・人参・福神漬け ブロッコリー・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
5	金	白い風船	お誕生会 ・・・七夕そうめん 星型コロッケ・蒸し鶏サラダ すいか・カルピス	キラキラゼリー 麦茶	423	13.3	12.1	1.8	鶏肉	そうめん・星型コロッケ 白い風船・和風ドレッシング カルピス・ゼリーの素	オクラ・人参・コーン キャベツ・きゅうり すいか・黄桃缶
6	土	バナナ	豚肉の生姜焼き・白菜の昆布茶和え さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	479	15.5	12.9	1.3	豚肉 昆布茶・油揚げ 牛乳	さつま芋 精白米 ビスケット	バナナ・玉ねぎ・生姜 白菜・人参 きゅうり・大根
7	日										
8	月	星型せんべい	いわしの生姜煮・豆腐サラダ 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ミニアメリカン ドッグ 麦茶	537	22.5	17.6	1.8	いわしの生姜煮 豆腐・さつま揚げ 牛乳	青じそドレッシング 星型せんべい・精白米・じゃが芋 ミニアメリカンドッグ	きゅうり・トマト 切干大根・人参 グリーンピース・玉ねぎ
9	火	クッキー	焼きそば・とうもろこし 花野菜サラダ オニオンスープ・牛乳	梅おほかおにぎり 麦茶	485	18.9	9.2	2.5	豚肉 牛乳 かつお節	焼きそば麺・精白米 クッキー・焼きそばソース イタリアンドレッシング	キャベツ・人参・にら・練り梅 もやし・ブロッコリー・コーン カリフラワー・玉ねぎ・パセリ缶
10	水	オレンジ	鶏の照り焼き・ほうれん草のお浸し 五目豆・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ(いちご) 麦茶	492	23.6	14.5	1.6	鶏肉 大豆・のり佃煮 牛乳	精白米 里芋 フルーチェ(いちご)	ほうれん草・もやし 大根・筍・レンコン オレンジ・人参・小松菜
11	木	ビスケット	麻婆ナス丼・揚げ餃子 チンゲン菜の中華和え たまごスープ・牛乳	パウムクーヘン りんごジュース	555	16.0	20.7	2.3	豚肉 餃子・卵 牛乳	麻婆豆腐の素・ごま油 精白米・パウムクーヘン ビスケット・りんごジュース	ナス・筍・人参・ねぎ にら・チンゲン菜 白菜・こねぎ
12	金	ピーチゼリー	ジャムパン・メンチカツ マカロニサラダ トマトスープ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	565	17.7	21.8	2.4	ハム・メンチカツ ウインナー・牛乳 鶏肉	食パン・ジャム マカロニ・マヨネーズ ゼリーの素・精白米	人参・きゅうり・黄ピーマン 玉ねぎ・トマト缶 バナナ・ほうれん草・椎茸
13	土	白い風船	鶏のから揚げ・高野豆腐の五目煮 ブロッコリーの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	サラダせんべい 麦茶	498	21.7	16.4	2.1	鶏肉 高野豆腐 牛乳	白い風船・片栗粉・精白米 和風ドレッシング サラダせんべい	ブロッコリー・人参 コーン・椎茸・筍 キヌサヤ・もやし・にら
14	日										
15	月		海の日								
16	火	ウエハース	白身魚フライ・金時豆 きゅうりの酢の物・菜飯 豚汁・牛乳	マシュマロサンド 麦茶	487	16.6	13.6	1.5	白身魚フライ・金時豆 わかめ・かにかまぼこ 豚肉・牛乳	ウエハース・麩 精白米 リッツ・マシュマロ	きゅうり・菜飯の素 大根・人参 白菜・ごぼう
17	水	ソフトせんべい	チキンピカタ・ジャーマンポテト キャベツのシーザーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	桃ヨーグルト 麦茶	541	21.9	17.7	2.2	鶏肉・卵 チーズ・ウインナー 牛乳・ヨーグルト	小麦粉・じゃが芋 シーザードレッシング ソフトせんべい・精白米	キャベツ・人参・黄ピーマン 玉ねぎ・コーン・パセリ缶 ほうれん草・しめじ・黄桃缶
18	木	バナナ	チンジャオロース・春雨サラダ エビ団子フライ・ごはん 中華スープ・牛乳	きな粉トースト 麦茶	555	20.2	18.5	2	豚肉・ハム エビ団子フライ 牛乳・きな粉	チンジャオロースの素 春雨・和風ドレッシング 精白米・食パン	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・きゅうり・コーン バナナ・チンゲン菜・もやし
19	金	クッキー	セレクト給食 ・・・冷やしうどん ①さつま芋の天ぷら②鶏天③きすの天ぷら 納豆サラダ・みかん缶・牛乳	チャーハンおにぎり 麦茶	505	17.0	12.1	2.5	かまぼこ・わかめ・牛乳 納豆・②きす・③鶏肉 卵・焼き豚・なると	うどん・てんぷら粉 ①さつま芋 クッキー・精白米	ほうれん草・もやし 人参・みかん缶 グリーンピース
20	土	りんご	サバの味噌煮・海藻サラダ 里芋そぼろあんかけ・ごはん すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	479	19.9	11.4	2.3	サバ 海藻サラダ・鶏肉 牛乳	青じそドレッシング 里芋・片栗粉・精白米 星型せんべい	大根・きゅうり ほうれん草 しめじ
21	日										
22	月	野菜せんべい	とんかつ・オクラのお浸し ひじき煮・ごはん 味噌汁・牛乳	クリームパン 野菜ジュース	534	20.3	16.6	2	とんかつ・ひじき さつま揚げ・大豆 牛乳	精白米 クリームパン 野菜ジュース	オクラ・もやし 人参・しめじ 白菜・ごぼう
23	火	ビスケット	冷やし中華・春巻き ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	500	16.9	15.3	2.3	ハム・錦糸卵 春巻き・牛乳 ベーコン・チーズ	冷凍ラーメン 冷やし中華スープ 精白米	きゅうり・人参 ブロッコリー・バナナ トマト缶・玉ねぎ
24	水	ヨーグルト	ツナピラフ・チキンナゲット 大根のイタリアンサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	あずきクリームク ラッカー 麦茶	489	15.2	19.6	2.6	ツナ・ハム チキンナゲット ウインナー・牛乳	精白米・リッツ イタリアンドレッシング こしあん・ホイップクリーム	玉ねぎ・ミックスベジタブル 大根・人参・きゅうり 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
25	木	オレンジ	鶏のすっぽ煮・五色和え 里芋味噌煮・枝豆ごはん すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	478	19.3	11.7	2	鶏肉 わかめ・錦糸卵 牛乳	里芋 精白米 ゼリーの素	もやし・人参 きゅうり・枝豆 小松菜・しめじ・黄桃缶
26	金	白い風船	肉丼・ポテトフライ キャベツのごまドレ和え なめこ汁・牛乳	野菜入りパンケー キ 麦茶	542	21.0	20.7	1.9	豚肉 豆腐・牛乳 ハム・チーズ	精白米・ポテトフライ ごまドレッシング ホットケーキミックス	キャベツ・人参 コーン・なめこ ねぎ・ほうれん草
27	土		なつまつり								
28	日										
29	月	ソフトせんべい	肉野菜炒め・かぼちゃの甘煮 ブロッコリーのゆかり和え・ごはん 味噌汁・牛乳	ココア揚げパン 麦茶	489	18.1	13.0	1.9	豚肉 油揚げ 牛乳	ソフトせんべい・精白米 コッペパン ココア	キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・ブロッコリー ゆかり・かぼちゃ・大根
30	火	バナナ	野菜コロッケ・昆布しら もやしの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	プリン 麦茶	492	16.0	15.5	2	ハム・昆布 鶏肉 牛乳	野菜コロッケ・ごま油 和風ドレッシング 麩・精白米・プリン	バナナ・もやし・人参 インゲン・黄ピーマン ごぼう・椎茸・小松菜
31	水	クッキー	トマトハヤシライス・オムレツ コロコロサラダ レモンゼリー・麦茶	たい焼き 牛乳	627	20.5	19.5	2.6	豚肉 大豆・オムレツ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク クッキー・青じそドレッシング ゼリーの素・たい焼き	玉ねぎ・人参 しめじ・大根 きゅうり・コーン

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



7月の予定こんだてひょう(1才児)



令和6年度

矢板保育園

日	曜	未満児おやつ	昼食	おやつ	カロリー	タンパク	脂質	塩分	赤；血や肉になる	黄；熱や力になる	緑；調子をととのえる
1	月	チーズかまぼこ	ハムカツ・もやしの青じそ和え 厚焼き玉子・納豆ごはん 味噌汁・牛乳	お麩のラスク 麦茶	474	16.8	16.8	1.8	チーズかまぼこ・ハムカツ 厚焼き玉子 納豆・牛乳	青じそドレッシング 精白米 麩・バター	もやし・人参 インゲン・黄ピーマン 白菜・ごぼう
2	火	オレンジ	タラの甘酢あんかけ・カニシューマイ 春雨のマヨネーズサラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	ソフトせんべい 麦茶	475	12.7	19.4	1.7	タラ・ハム カニシューマイ わかめ・牛乳	片栗粉・甘酢あん 春雨・マヨネーズ 精白米・ソフトせんべい	オレンジ・玉ねぎ・人参 チンゲン菜 コーン・ねぎ
3	水	たまごボーロ	鶏の味噌焼き・揚げ里芋 小松菜のツナ和え・ごはん すまし汁・牛乳	枝豆チーズ蒸しパン 麦茶	430	16.5	13.9	1.3	鶏肉 ツナ・牛乳 チーズ	里芋・片栗粉 たまごボーロ・精白米 蒸しパンミックス	小松菜・もやし 人参・ほうれん草 しめじ・枝豆
4	木	野菜せんべい	ポークカレー・福神漬け ブロッコリーサラダ フルーツポンチ・麦茶	ドーナツ 牛乳	523	14.2	14.0	2.1	豚肉・牛乳	野菜せんべい・精白米・じゃが芋 イタリアンドレッシング パーモントフレーク・ドーナツ	玉ねぎ・人参・福神漬け ブロッコリー・コーン みかん缶・パイン缶・黄桃缶
5	金	白い風船	お誕生会・・・七夕そうめん 星型コロケ・蒸し鶏サラダ すいか・カルピス	キラキラゼリー 麦茶	380	12.0	10.9	1.6	鶏肉	そうめん・星型コロケ 白い風船・和風ドレッシング カルピス・ゼリーの素	オクラ・人参・コーン キャベツ・きゅうり すいか・黄桃缶
6	土	バナナ	豚肉の生姜焼き・白菜の昆布茶和え さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ビスケット 麦茶	431	13.9	11.6	1.1	豚肉 昆布茶・油揚げ 牛乳	さつま芋 精白米 ビスケット	バナナ・玉ねぎ・生姜 白菜・人参 きゅうり・大根
7	日										
8	月	星型せんべい	いわしの生姜煮・豆腐サラダ 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ミニアメリカン ドッグ 麦茶	483	20.3	15.8	1.6	いわしの生姜煮 豆腐・さつま揚げ 牛乳	青じそドレッシング 星型せんべい・精白米・じゃが芋 ミニアメリカンドッグ	きゅうり・トマト 切干大根・人参 グリーンピース・玉ねぎ
9	火	クッキー	焼きそば・とうもろこし 花野菜サラダ オニオンスープ・牛乳	おかかおにぎり 麦茶	436	17.0	8.3	2.3	豚肉 牛乳 かつお節	焼きそば麺・精白米 クッキー・焼きそばソース イタリアンドレッシング	キャベツ・人参・にら もやし・ブロッコリー・コーン カリフラワー・玉ねぎ・パセリ缶
10	水	オレンジ	鶏の照り焼き・ほうれん草のお浸し 五目豆・のり佃煮ごはん 味噌汁・牛乳	フルーチェ(いちご) 麦茶	443	21.2	13.1	1.4	鶏肉 大豆・のり佃煮 牛乳	精白米 里芋 フルーチェ(いちご)	ほうれん草・もやし 大根・筍・レンコン オレンジ・人参・小松菜
11	木	ビスケット	麻婆ナス丼・揚げ餃子 チンゲン菜の中華和え たまごスープ・牛乳	バウムクーヘン りんごジュース	499	14.4	18.6	2.1	豚肉 餃子・卵 牛乳	麻婆豆腐の素・ごま油 精白米・バウムクーヘン ビスケット・りんごジュース	ナス・筍・人参・ねぎ にら・チンゲン菜 白菜・こねぎ
12	金	ピーチゼリー	ジャムパン・メンチカツ マカロニサラダ トマトスープ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	509	15.9	19.6	2.2	ハム・メンチカツ ウインナー・牛乳 鶏肉	食パン・ジャム マカロニ・マヨネーズ ゼリーの素・精白米	人参・きゅうり・黄ピーマン 玉ねぎ・トマト缶 バナナ・ほうれん草・椎茸
13	土	白い風船	鶏のから揚げ・高野豆腐の五目煮 ブロッコリーの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜せんべい 麦茶	448	19.5	14.8	1.9	鶏肉 高野豆腐 牛乳	白い風船・片栗粉・精白米 和風ドレッシング 野菜せんべい	ブロッコリー・人参 コーン・椎茸・筍 キヌサヤ・もやし・にら
14	日										
15	月		海の日								
16	火	ウエハース	白身魚フライ・金時豆 きゅうりの酢の物・菜飯 豚汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	439	15.0	12.2	1.3	白身魚フライ・金時豆 わかめ・かにかまぼこ 豚肉・牛乳	ウエハース・麩 精白米 マンナビスケット	きゅうり・菜飯の素 大根・人参 白菜・ごぼう
17	水	ソフトせんべい	チキンピカタ・ジャーマンポテト キャベツのシーザーサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	桃ヨーグルト 麦茶	486	19.7	15.9	2.0	鶏肉・卵 チーズ・ウインナー 牛乳・ヨーグルト	小麦粉・じゃが芋 シーザードレッシング ソフトせんべい・精白米	キャベツ・人参・黄ピーマン 玉ねぎ・コーン・パセリ缶 ほうれん草・しめじ・黄桃缶
18	木	バナナ	チンジャオロース・春雨サラダ エビ団子フライ・ごはん 中華スープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	499	18.2	16.7	1.8	豚肉・ハム エビ団子フライ 牛乳	チンジャオロースの素 春雨・和風ドレッシング 精白米・食パン・ジャム	玉ねぎ・筍・ピーマン 人参・きゅうり・コーン バナナ・チンゲン菜・もやし
19	金	クッキー	冷やしうどん・納豆サラダ さつま芋の天ぷら みかん缶・牛乳	チャーハンおにぎり 麦茶	455	15.3	10.9	2.3	かまぼこ・わかめ 納豆・牛乳 卵・焼き豚・なると	うどん・てんぷら粉 さつま芋 クッキー・精白米	ほうれん草・もやし 人参・みかん缶 グリーンピース
20	土	りんご	サバの味噌煮・海藻サラダ 里芋そぼろあんかけ・ごはん すまし汁・牛乳	星型せんべい 麦茶	431	17.9	10.3	2.1	サバ 海藻サラダ・鶏肉 牛乳	青じそドレッシング 里芋・片栗粉・精白米 星型せんべい	大根・きゅうり ほうれん草 しめじ
21	日										
22	月	野菜せんべい	とんかつ・オクラのお浸し ひじきごはん 味噌汁・牛乳	クリームパン 野菜ジュース	481	18.3	15.0	1.8	とんかつ・ひじき さつま揚げ・大豆 牛乳	精白米 クリームパン 野菜ジュース	オクラ・もやし 人参・しめじ 白菜・ごぼう
23	火	ビスケット	冷やし中華・春巻き ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	450	15.2	13.8	2.1	ハム・錦糸卵 春巻き・牛乳 ベーコン・チーズ	冷凍ラーメン 冷やし中華スープ 精白米	きゅうり・人参 ブロッコリー・バナナ トマト缶・玉ねぎ
24	水	ヨーグルト	ツナピラフ・チキンナゲット 大根のイタリアンサラダ 千切り野菜スープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	440	13.7	17.6	2.4	ツナ・ハム チキンナゲット ウインナー・牛乳	精白米・リッツ イタリアンドレッシング マンナビスケット	玉ねぎ・ミックスベジタブル 大根・人参・きゅうり 黄ピーマン・キャベツ・椎茸
25	木	オレンジ	鶏のすっぱ煮・五色和え 里芋味噌煮・枝豆ごはん すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	430	17.4	10.5	1.8	鶏肉 わかめ・錦糸卵 牛乳	里芋 精白米 ゼリーの素	もやし・人参 きゅうり・枝豆 小松菜・しめじ・黄桃缶
26	金	白い風船	肉丼・ポテトフライ キャベツのごまドレ和え なめこ汁・牛乳	野菜入りパンケーキ 麦茶	488	18.9	18.6	1.7	豚肉 豆腐・牛乳 ハム・チーズ	精白米・ポテトフライ ごまドレッシング ホットケーキミックス	キャベツ・人参 コーン・なめこ ねぎ・ほうれん草
27	土		なつまつり								
28	日										
29	月	ソフトせんべい	肉野菜炒め・かぼちゃの甘煮 ブロッコリーのゆかり和え・ごはん 味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	440	16.2	11.7	1.7	豚肉 油揚げ 牛乳	ソフトせんべい 精白米 食パン・ジャム	キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン・ブロッコリー ゆかり・かぼちゃ・大根
30	火	バナナ	野菜コロケ・昆布ひら もやしの和風サラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	プリン 麦茶	443	14.4	13.9	1.6	ハム・昆布 鶏肉 牛乳	野菜コロケ・ごま油 和風ドレッシング 麩・精白米・プリン	バナナ・もやし・人参 インゲン・黄ピーマン ごぼう・椎茸・小松菜
31	水	クッキー	トマトハヤシライス・オムレツ コロコロサラダ レモンゼリー・麦茶	たい焼き 牛乳	564	18.5	17.5	2.2	豚肉 大豆・オムレツ 牛乳	精白米・ハヤシフレーク クッキー・青じそドレッシング ゼリーの素・たい焼き	玉ねぎ・人参 しめじ・大根 きゅうり・コーン

*日により献立の一部が変更になる事がありますのでご了承ください



7月の予定こんだてひょう(離乳食)



矢板保育園

令和6年度

日	曜	完了期食(12ヶ月~)			後期食(9~11ヶ月頃)			中期食(7~8ヶ月頃)	初期食(5~6ヶ月頃)
		朝のおやつ	昼食	おやつ	朝のおやつ	昼食			
1	月	チーズスティック	チキン煮・もやしのサラダ 厚焼き玉子・納豆ごはん 味噌汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	チーズスティック	チキン煮 もやしのサラダ 納豆粥・白菜のスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 人参のサラダ 納豆粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
2	火	オレンジ	タラの野菜あんかけ・かぼちゃ煮 春雨サラダ・ごはん わかめスープ・牛乳	しらす&わかめせんべい 麦茶	オレンジ	タラの野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・わかめスープ・牛乳	タラの野菜あんかけ かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
3	水	たまごボーロ	鶏の味噌煮・里芋煮 小松菜のツナ和え・ごはん すまし汁・牛乳	枝豆チーズ蒸しパン 麦茶	たまごボーロ	肉団子のだし煮 小松菜のツナ和え 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	肉団子のだし煮 小松菜のツナ和え 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト	
4	木	ほうれん草と小松菜せんべい	肉じゃが ブロッコリーサラダ・ごはん フルーツポンチ・麦茶	ジャムパン 牛乳	ほうれん草と小松菜せんべい	肉じゃが ブロッコリーサラダ 白粥・オレンジ・麦茶	肉じゃが ブロッコリーのここと煮 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
5	金	ハイハイ(プレーン)	にゅうめん・じゃが芋煮 蒸し鶏サラダ すいか・麦茶	キラキラゼリー 麦茶	ハイハイ(プレーン)	にゅうめん・じゃが芋煮 蒸し鶏サラダ すいか・麦茶	にゅうめん キャベツのくたくた煮 じゃが芋煮・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
6	土	バナナ	豚肉の玉ねぎあんかけ・白菜のサラダ さつま芋の甘煮・ごはん 味噌汁・牛乳	とうもろこし すなっく 麦茶	バナナ	豚肉の玉ねぎあんかけ さつま芋煮 白粥・大根のスープ・麦茶	鶏の玉ねぎあんかけ さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶	
7	日								
8	月	小魚せんべい	煮魚(サバ)・豆腐サラダ 切干大根煮・ごはん 味噌汁・牛乳	ハムチーズパンケーキ 麦茶	小魚せんべい	煮魚(サバ) 豆腐のチャンプルー 白粥・じゃが芋のスープ・麦茶	煮魚(鮭) 豆腐のチャンプルー 白粥・麦茶	白粥 豆腐ペースト 麦茶	
9	火	クッキー	煮込みうどん・とうもろこし 花野菜サラダ オニオンスープ・牛乳	おかかおにぎり 麦茶	かぼちゃ&にんじんリング	煮込みうどん 花野菜サラダ 玉ねぎのスープ・牛乳	煮込みうどん 花野菜サラダ りんご・麦茶	白粥 玉ねぎペースト 麦茶	
10	水	オレンジ	チキン煮・ほうれん草のお浸し 五目豆・ごはん 味噌汁・牛乳	かぼちゃ&にんじんリング 麦茶	オレンジ	チキン煮 ほうれん草のここと煮 白粥・小松菜のスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ ほうれん草のここと煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
11	木	マンナビスケット	豚肉の野菜あんかけ・さつま芋煮 チンゲン菜のサラダ・ごはん たまごスープ・牛乳	ヨーグルト りんごジュース	マンナビスケット	豚肉の野菜あんかけ さつま芋煮 白粥・たまごスープ・麦茶	なすのそぼろ煮 さつま芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶	
12	金	ピーチゼリー	ジャムパン・肉団子のトマト煮 マカロニサラダ 人参のスープ・バナナ・牛乳	栄養雑炊 麦茶	ヨーグルト	肉団子のトマト煮 マカロニサラダ 人参のスープ・パン粥・麦茶	肉団子のトマト煮 人参のサラダ パン粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
13	土	枝豆ビスケット	チキン煮・高野豆腐の五目煮 ブロッコリーサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ハイハイ(野菜) 麦茶	枝豆ビスケット	チキン煮 ブロッコリーサラダ 白粥・もやしのスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ ブロッコリーのここと煮 白粥・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
14	日								
15	月		海の日			海の日			
16	火	マンナウエハース	煮魚(タラ)・かぼちゃ煮 人参のサラダ・ごはん 豚汁・牛乳	マンナビスケット 麦茶	マンナウエハース	煮魚(タラ) かぼちゃの野菜あんかけ 白粥・大根のスープ・麦茶	煮魚(タラ) かぼちゃの野菜あんかけ 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
17	水	小魚せんべい	チキン煮・じゃが芋の野菜あんかけ キャベツのサラダ・ごはん コンソメスープ・牛乳	桃ヨーグルト 麦茶	小魚せんべい	チキン煮 キャベツのサラダ 白粥・じゃが芋のスープ・麦茶	鶏と野菜のコトコト煮 じゃが芋煮 白粥・麦茶	白粥 じゃが芋ペースト 麦茶	
18	木	バナナ	豚肉と野菜の煮物・春雨サラダ 高野豆腐煮・ごはん 中華スープ・牛乳	ジャムパン 麦茶	バナナ	豚肉と野菜の煮物 高野豆腐煮 白粥・チンゲン菜のスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 高野豆腐煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
19	金	クッキー	煮込みうどん・納豆サラダ さつま芋スティック みかん缶・牛乳	チャーハンおにぎり 麦茶	とうもろこしすなっく	煮込みうどん・納豆サラダ さつま芋スティック オレンジ・麦茶	煮込みうどん ほうれん草の納豆和え りんご・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
20	土	りんご	サバの味噌煮・海藻サラダ 里芋そぼろあんかけ・ごはん すまし汁・牛乳	しらす&わかめせんべい 麦茶	りんご	煮魚(サバ) 大根のサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	煮魚(鮭) 野菜のくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶	
21	日								
22	月	ほうれん草と小松菜せんべい	肉団子のだし煮・もやしのサラダ ひじきごはん 味噌汁・牛乳	ジャムパン りんごジュース	ほうれん草と小松菜せんべい	肉団子のだし煮 もやしのサラダ ひじき粥・白菜のスープ・麦茶	肉団子のだし煮 白菜のここと煮 白粥・麦茶	白粥 人参ペースト 麦茶	
23	火	かぼちゃ&にんじんリング	にゅうめん・高野豆腐煮 ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	トマトチーズ粥 麦茶	かぼちゃ&にんじんリング	にゅうめん・高野豆腐煮 ゆでブロッコリー バナナ・牛乳	にゅうめん 高野豆腐煮 バナナ・麦茶	白粥 ブロッコリーペースト 麦茶	
24	水	ヨーグルト	鶏のトマト煮・大根のサラダ ごはん・オレンジ 千切り野菜スープ・牛乳	マンナビスケット 麦茶	ヨーグルト	鶏のトマト煮 大根のサラダ 白粥・キャベツのスープ・麦茶	鶏のトマト煮 大根サラダ 白粥・麦茶	白粥 トマトペースト 麦茶	
25	木	オレンジ	チキン煮・五色和え 里芋味噌煮・枝豆ごはん すまし汁・牛乳	フルーツゼリー 麦茶	オレンジ	鶏の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・小松菜のスープ・麦茶	鶏の野菜あんかけ 里芋煮 白粥・麦茶	白粥 さつま芋ペースト 麦茶	
26	金	ハイハイ(プレーン)	豚肉の玉ねぎあんかけ・じゃが芋煮 キャベツのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	野菜入りパンケーキ 麦茶	ハイハイ(プレーン)	豚肉の玉ねぎあんかけ じゃが芋煮 白粥・豆腐のスープ・麦茶	豆腐のチャンプルー キャベツのくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 キャベツペースト 麦茶	
27	土		なつまつり			なつまつり	なつまつり		
28	日								
29	月	小魚せんべい	野菜のそぼろ煮・かぼちゃの甘煮 ブロッコリーサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ジャムパン 麦茶	小魚せんべい	野菜のそぼろ煮 かぼちゃ煮 白粥・大根のスープ・麦茶	野菜のそぼろ煮 かぼちゃ煮 白粥・麦茶	白粥 かぼちゃペースト 麦茶	
30	火	バナナ	昆布びら・じゃが芋煮 もやしのサラダ・ごはん 味噌汁・牛乳	ヨーグルト 麦茶	バナナ	じゃが芋のそぼろあんかけ もやしのサラダ 白粥・ほうれん草のスープ・麦茶	じゃが芋のそぼろあんかけ ほうれん草のくたくた煮 白粥・麦茶	白粥 ほうれん草ペースト 麦茶	
31	水	クッキー	豚肉のトマト煮・オムレツ コロコロサラダ レモンゼリー・麦茶	かぼちゃ&にんじんリング 牛乳	ハイハイ(プレーン)	豚肉のトマト煮・オムレツ コロコロサラダ オレンジ・麦茶	鶏のトマト煮 コロコロサラダ 白粥・麦茶	白粥 大根ペースト 麦茶	

麦茶...麦茶25ml+お湯25ml 計50mlです。