

7月の献立予定表(離乳食)

令和5年度 御殿場市 保育園・こども園

日	曜日	0歳児 7・8 か月頃 主食・副食献立	午 後	材 料
1	土	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャガイモ) ミルク バナナのミルク煮	ミルク	米 玉ねぎ 人参 ジャガイモ バナナ
3	月	7倍がゆ ミルク きゃべつと人参のミルク煮 ジャガイモと玉葱のミルク煮	ミルク	米 きゃべつ 人参 ジャガイモ 玉ねぎ
4	火	7倍がゆ ミルク かぼちゃと玉葱のだし汁煮 豆腐と人参のだし汁煮	ミルク	米 かぼちゃ 玉葱 豆腐 人参
5	水	7倍がゆ ミルク きゃべつと人参のミルク煮 白身魚と玉葱のミルク煮	ミルク	米 きゃべつ 人参 白身魚 玉葱
6	木	7倍がゆ ミルク 人参と玉葱のだし汁煮 きゃべつとツナのだし汁煮	ミルク	米 人参 玉ねぎ きゃべつ ツナ
7	金	7倍がゆ ミルク 玉ねぎと人参のだし汁煮 ジャガイモのだし汁煮	ミルク	米 玉ねぎ 人参 ジャガイモ
8	土	野菜入り7倍がゆ(ジャガイモ 玉ねぎ 人参) ミルク バナナのミルク煮	ミルク	米 ジャガイモ 玉葱 人参 バナナ
10	月	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のだし汁煮 ジャガイモのだし汁煮	ミルク	米 玉葱 人参 ジャガイモ
11	火	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のミルク煮 ツナのミルク煮	ミルク	米 玉葱 人参 ツナ
12	水	7倍がゆ ミルク きゃべつと人参のだし汁煮 豆腐のだし汁煮	ミルク	米 きゃべつ 人参 豆腐
13	木	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のミルク煮 お麩のミルク煮	ミルク	米 玉ねぎ 人参 お麩
14	金	7倍がゆ ミルク きゃべつと玉葱のミルク煮 人参のミルク煮	ミルク	米 きゃべつ 玉ねぎ 人参
15	土	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャガイモ) ミルク バナナのミルク煮	ミルク	米 玉ねぎ 人参 ジャガイモ バナナ
18	火	7倍がゆ ミルク ジャガイモのミルク煮 玉葱と人参のミルク煮	ミルク	米 ジャガイモ 玉葱 人参
19	水	7倍がゆ ミルク きゃべつのミルク煮 玉葱と人参のミルク煮	ミルク	米 きゃべつ 玉葱 人参
20	木	7倍がゆ ミルク チンゲンサイ葉先と玉葱のミルク煮 ジャガイモのミルク煮	ミルク	米 チンゲンサイ 玉葱 ジャガイモ
21	金	7倍がゆ ミルク きゃべつと玉葱のだし汁煮 白身魚のだし汁煮	ミルク	米 きゃべつ 玉ねぎ 白身魚
22	土	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャガイモ) ミルク バナナのミルク煮	ミルク	米 玉ねぎ 人参 ジャガイモ バナナ
24	月	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のだし汁煮 豆腐のだし汁煮	ミルク	米 玉葱 人参 豆腐
25	火	7倍がゆ ミルク 玉葱ときゃべつのミルク煮 ジャガイモと人参のだし汁煮	ミルク	米 きゃべつ 玉葱 ジャガイモ 人参
26	水	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のミルク煮 白身魚のだし汁煮	ミルク	米 きゃべつ 玉葱 白身魚
27	木	7倍がゆ ミルク 玉葱ときゃべつのミルク煮 ジャガイモと人参のだし汁煮	ミルク	米 きゃべつ 玉葱 ジャガイモ 人参
28	金	7倍がゆ ミルク 人参とジャガイモのだし汁煮 豆腐のだし汁煮	ミルク	米 人参 ジャガイモ 豆腐
29	土	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャガイモ) ミルク バナナのミルク煮	ミルク	米 玉ねぎ 人参 ジャガイモ バナナ
31	月	7倍がゆ ミルク ほうれん草と人参のだし汁煮 豆腐ときゃべつのだし汁煮	ミルク	米 ほうれん草 人参 豆腐 きゃべつ

7月の献立予定表(離乳食)

令和5年度 御殿場市 保育園・こども園

日	曜日	午前	0歳児9から11か月頃 主食・副食献立	午後	材料
1	土	ミルク	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャがいも)ミルク バナナのミルク煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 玉ねぎ 人参 ジャがいも バナナ
3	月	ミルク	7倍がゆ ミルク ぎゃべつと人参のミルク煮 ジャがいもと玉葱のミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 ぎゃべつ 人参 ジャがいも 玉ねぎ
4	火	ミルク	7倍がゆ ミルク かぼちゃと玉葱のだし汁煮 豆腐と人参のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 かぼちゃ 玉葱 豆腐 人参
5	水	ミルク	7倍がゆ ミルク ぎゃべつと人参のミルク煮 白身魚と玉葱のミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 ぎゃべつ 人参 白身魚 玉葱
6	木	ミルク	7倍がゆ ミルク 人参と玉葱のだし汁煮 ぎゃべつとツナのだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 人参 玉ねぎ ぎゃべつ ツナ
7	金	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉ねぎと人参のだし汁煮 ジャがいものだし汁煮	ミルク パンがゆ	米 パン 玉ねぎ 人参 ジャがいも
8	土	ミルク	野菜入り7倍がゆ(ジャがいも 玉ねぎ 人参)ミルク バナナのミルク煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 ジャがいも 玉葱 人参 バナナ
10	月	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のだし汁煮 ジャがいものだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 玉葱 人参 ジャがいも
11	火	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のミルク煮 ツナのミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 玉葱 人参 ツナ
12	水	ミルク	7倍がゆ ミルク ぎゃべつと人参のだし汁煮 豆腐のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 ぎゃべつ 人参 豆腐
13	木	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のミルク煮 お麩のミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 玉ねぎ 人参 お麩
14	金	ミルク	7倍がゆ ミルク ぎゃべつと玉葱のミルク煮 人参のミルク煮	ミルク だし汁がゆ	米 ぎゃべつ 玉ねぎ 人参
15	土	ミルク	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャがいも)ミルク バナナのミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 玉ねぎ 人参 ジャがいも バナナ
18	火	ミルク	7倍がゆ ミルク ジャがいものミルク煮 玉葱と人参のミルク煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 ジャがいも 玉葱 人参
19	水	ミルク	7倍がゆ ミルク ぎゃべつのミルク煮 玉葱と人参のミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 ぎゃべつ 玉葱 人参
20	木	ミルク	7倍がゆ ミルク チンゲンサイ葉先と玉葱のミルク煮 ジャがいものミルク煮	ミルク パンがゆ	米 パン チンゲンサイ 玉葱 ジャがいも
21	金	ミルク	7倍がゆ ミルク ぎゃべつと玉葱のだし汁煮 白身魚のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 ぎゃべつ 玉ねぎ 白身魚
22	土	ミルク	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャがいも)ミルク バナナのミルク煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 玉ねぎ 人参 ジャがいも バナナ
24	月	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のだし汁煮 豆腐のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 玉葱 人参 豆腐
25	火	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱とぎゃべつのミルク煮 ジャがいもと人参のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 ぎゃべつ 玉葱 ジャがいも 人参
26	水	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱と人参のミルク煮 白身魚のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 ぎゃべつ 玉葱 白身魚
27	木	ミルク	7倍がゆ ミルク 玉葱とぎゃべつのミルク煮 ジャがいもと人参のだし汁煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 ぎゃべつ 玉葱 ジャがいも 人参
28	金	ミルク	7倍がゆ ミルク 人参とジャがいものだし汁煮 豆腐のだし汁煮	ミルク パンがゆ	米 人参 ジャがいも 豆腐
29	土	ミルク	野菜入り7倍がゆ(玉ねぎ 人参 ジャがいも)ミルク バナナのミルク煮	ミルク 赤ちゃんせんべい	米 玉ねぎ 人参 ジャがいも バナナ
31	月	ミルク	7倍がゆ ミルク ほうれん草と人参のだし汁煮 豆腐とぎゃべつのだし汁煮	ミルク 赤ちゃんクッキー	米 ほうれん草 人参 豆腐 ぎゃべつ

牛乳・乳製品
除去

(調味料・加工品は確認)

7月の献立予定表

令和5年度 御殿場市 保育園・こども園


項目 日曜日	3歳未満児 10時間食	3歳未満児・3歳以上児		3時間食	材料名(手作りのみ表示)
		副食	献立		
1 土	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	米粉のシチュー(ベーコン・ウインナー除去用) バナナ 麦茶	豆乳 やわらかおかき	豆乳 やわらかおかき(原材料確認)
3 月	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	夏のトマトハヤシシチュー(除去用ルウ) ハムのサラダ(除去用ハム) バナナ 麦茶	豆乳 ステーキパン (除去用パン)	豆乳 除去用パン(パイ生地除去) 砂糖
4 火	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	豆腐ハンバーグ かぼちゃの甘煮 みそ汁 バナナ 麦茶	豆乳 焼きそば	豆乳 焼きそば 豚肉 きゃべつ 人参 油 中濃ソース あおのり
5 水	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	焼き魚 野菜の昆布あえ すまし汁 バナナ 麦茶	豆乳 フライドポテト	豆乳 じゃがいも 油 塩
6 木	豆乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん	洋風天ぷら(除去用ウインナー) きゅうりとわかめの酢の物 七夕そうめん 旬の柑橘類 麦茶	きらきら星ゼリー	きらきら星ゼリー
7 金	豆乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん	肉丼の具 みそしる バナナ 麦茶	豆乳 変わりラスク (除去用パン)	豆乳 除去用パン ノンエッグマヨネーズ カレー粉 パセリ
8 土	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	シーチキンカレー(除去用ルウ) バナナ 麦茶	豆乳 お米のデザート	豆乳 お米のデザート(原材料確認)
10 月	豆乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん	親子煮 みそ汁 たくあん 旬の柑橘類 麦茶	豆乳 ウインナー (除去用ウインナー)	豆乳 ウインナー(除去用) ケチャップ
11 火	豆乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん	ドライカレー(除去用ルウ) シーチキンサラダ バナナ 麦茶	豆乳 マカロニのきな粉かけ	豆乳 マカロニ きな粉 砂糖 塩
12 水	豆乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん	魚の照り焼き おひたし とうがんと旬の柑橘類 麦茶	コーンフレークの 豆乳かけ	豆乳 コーンフレーク (原材料確認)
13 木	豆乳 せんべい(塩) (原材料確認)	ごはん	鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ(除去用ハム) レタスのスープ すいか 麦茶	氷菓子	氷菓子(原材料確認)
14 金	豆乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん	鶏肉と野菜の甘辛煮 和風サラダ バナナ 麦茶	麦茶 わかめおにぎり	麦茶 米 炊きこみわかめ(原材料確認)
15 土	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	ハヤシソース(除去用ベーコン 除去用ルウ) バナナ 麦茶	フルーツゼリー せんべい	フルーツゼリー(原材料確認) せんべい(原材料確認)
18 火	豆乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん	インディアンポーク はるさめサラダ ポテトスープ(除去用ベーコン) 旬の柑橘類 麦茶	豆乳 お米のデザート	豆乳 お米のデザート(原材料確認)
19 水	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	回鍋肉風 ワンタンスープ(除去用ベーコン) バナナ 麦茶	フルーツあえ (ヨーグルト 生クリーム除去)	ヨーグルト(除去) 生クリーム(除去) 砂糖 バナナ ももシロップ 梨 みかんシロップ
20 木	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	ポテトミートグラタン(チーズ除去) わかめのスープ ぶりかけ(除去用) 旬の柑橘類 麦茶	豆乳 ジャムパン (除去用パン)	豆乳 除去用パン いちごジャム
21 金	豆乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん	煮魚 カリコリ漬 みそ汁 バナナ 麦茶	豆乳 ゼリー(プリン除去)	豆乳 ゼリー(プリン除去)
22 土	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	チキンカレー(除去用ルウ) バナナ 麦茶	豆乳 お米のデザート	豆乳 お米のデザート(原材料確認)
24 月	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	鶏肉のしょうが焼き 切り干し大根の炒め煮 みそ汁 バナナ 麦茶	ゼリー(ヨーグルト除去) せんべい	ゼリー(ヨーグルト除去) せんべい(原材料確認)
25 火	豆乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん	タコライス(除去用ウインナー) きゃべつのマヨサラダ(チーズ除去) ベーコンのスープ(除去用ベーコン) 旬の柑橘類 麦茶	麦茶 とうもろこし(以上見) せんべい(未煮)	麦茶 とうもろこし(以上見) せんべい(未煮)(原材料確認)
26 水	豆乳 コーンフレークの 豆乳かけ (原材料確認)	ごはん	かじぎの香味焼き ハンサンスー(除去用ハム) 玉ねぎのスープ バナナ 麦茶	豆乳 菓子	豆乳 菓子
27 木	豆乳 きんぴら (原材料確認)	ごはん	ポークカレー(除去用ルウ) フレンチサラダ 福神漬 すいか 麦茶	氷菓子	氷菓子(原材料確認)
28 金	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	ウインナーカレー(除去用ルウ 除去用ウインナー) バナナ 麦茶	フルーツゼリー せんべい	フルーツゼリー(原材料確認) せんべい(原材料確認)
29 土	豆乳 かぼちゃポロ (原材料確認)	ごはん	五目炒め煮 みそ汁 やきのり バナナ 麦茶	豆乳 シュガーラスク (除去用パン パター除去)	豆乳 パン(除去用) 砂糖(バター除去)
31 月	豆乳 せんべい(塩) (原材料確認)	ごはん	焼き魚 ごまあえ 栄養すいとん 旬の柑橘類 麦茶	フルーツポンチ	ゼリー(原材料確認) みかんシロップ 梨 ももシロップ 梨 かんごす(原材料確認)

上記の食品以外も使用することがあります。
※調理室・製造工場内ではアレルギー物質を含む食品を取り扱う
場合があります。重症のアレルギーの方は固くお知らせください。

目標量	(3歳未満児)	(3歳以上児)
エネルギー	524kcal	558kcal
たんぱく質	17.3g~26.6g	18.0g~27.8g

平均	(3歳未満児)	(3歳以上児)
エネルギー	526kcal	549kcal
たんぱく質	18.0g	21.5g
脂質	17.5g	18.5g

毎月19日は
食育の日



卵除去
(調味料・加工品は確認)

7月の献立予定表

令和5年度 御殿場市 保育園・こども園


項目	3歳未満児		3歳未満児・3歳以上児	
	日曜日	10時間食 昼食	副食 献立	材料名
1 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 米粉のシチュー (除去用ベーコン・ウインナー) バナナ 麦茶	ベーコン (除去用) ウインナー (除去用) 人参 玉葱 じゃがいも じゃがいも コーン 豆腐 味噌 鶏がらスープ (除去用)	牛乳 やわらかおかき 牛乳 やわらかおかき (原材料確認)
3 月	牛乳 せんべい (卵アレルギー) (原材料確認)	ごはん 夏のトマトハヤシシチュー (除去用ルウ) ハムのサラダ (除去用ハム) バナナ 麦茶	豚肉 油 人参 玉葱 じゃがいも トマト ハヤシルウ (除去用) ケチャップ ウスターソース 塩 きゃべつ きゅうり ハム (除去用) 人参 ノンエッグマヨネーズ バナナ 麦茶	牛乳 スティックパン (除去用パン) 牛乳 パン (除去用) 砂糖
4 火	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 豆腐ハンバーグ かぼちゃの甘煮 みそ汁 バナナ 麦茶	豆腐 豆腐 豚肉 ひじき 米粉 塩 こしょう 油 しょうゆ 砂糖 みりん でんぷん かぼちゃ 砂糖 塩 削り節 人参 えのきだけ お味噌 みそ ねぎ バナナ 麦茶	牛乳 焼きそば 牛乳 焼きそば (原材料確認) 豚肉 きゃべつ 人参 油 中濃ソース あおのり
5 水	牛乳 めんぼう (卵アレルギー) (原材料確認)	ごはん 焼き魚 野菜の昆布あえ すまし汁 バナナ 麦茶	鮭 きゃべつ きゅうり 人参 昆布 塩 削り節 玉ねぎ 人参 豆腐 塩 しょうゆ バナナ 麦茶	牛乳 フライドポテト 牛乳 じゃがいも 油 塩
6 木	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん 洋風天ぷら (除去用ウインナー) きゅうりとわかめの酢の物 七塔豆腐 (除去用) 旬の柑橘類 麦茶	ウインナー (除去用) 玉葱 人参 コーン 小麦粉 油 きゅうり きゃべつ わかめ ツナ水煮 酢 砂糖 塩 しょうゆ 削り節 豚肉 なたと (除去用) 豆腐 葱 しょうゆ みりん 砂糖 塩 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 きらきら星ゼリー 牛乳 きらきら星ゼリー
7 金	牛乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん 肉丼の具 みそ汁 バナナ 麦茶	豚肉 生姜 人参 玉葱 えのきだけ マロニー 酒 砂糖 みりん しょうゆ じゃがいも 人参 わかめ 削り節 みそ バナナ 麦茶	牛乳 変わりラスク (除去用パン) 牛乳 パン (除去用) ノンエッグマヨネーズ カレー粉 パセリ
8 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん シーチキンカレー (除去用ルウ) バナナ 麦茶	ツナ水煮 じゃがいも 玉葱 人参 油 カレールウ (除去用) 中濃ソース バナナ 麦茶	牛乳 お米のデザート 牛乳 お米のデザート (原材料確認)
10 月	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん 親子煮 (卵除去 除去用) なると みそ汁 たくあん 旬の柑橘類 麦茶	豚肉 玉葱 人参 じゃがいも 切り昆布 なたと (除去用) (卵除去) グリンピース 砂糖 しょうゆ 葱 もやし 人参 えのきだけ みそ たくあん 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 ウインナー (除去用ウインナー) 牛乳 ウインナー (除去用) ケチャップ
11 火	牛乳 めんぼう (卵アレルギー) (原材料確認)	ごはん ドライカレー (除去用ルウ) シーチキンサラダ バナナ 麦茶	豚肉 玉葱 人参 じゃがいも マロニー ルウ (除去用) ウスターソース ケチャップ 塩 鶏がらスープ (除去用) トマトピューレ きゃべつ ツナ油漬 コーン 人参 酢 砂糖 油 塩 バナナ 麦茶	牛乳 マカロニのきな粉かけ 牛乳 マカロニ きな粉 砂糖 塩
12 水	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん 魚の照り焼き おひたし とうがん汁 旬の柑橘類 麦茶	かじき しょうゆ 酒 みりん 砂糖 生姜 きゃべつ きゅうり 人参 削り節 しょうゆ 削り節 豚肉 とうがん 人参 油揚げ 豆腐 みそ 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 コーンフレークの 牛乳 コーンフレーク (原材料確認)
13 木	牛乳 せんべい (卵) (原材料確認)	ごはん 鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ (除去用ハム) レタスのスープ (卵除去 除去用) ままほこ すいか 麦茶	鶏肉 生姜 酒 しょうゆ でんぷん 油 スパゲティ きゅうり ハム (除去用) 人参 ノンエッグマヨネーズ レタス ねぎ (卵除去) (卵除去) 玉葱 鶏がらスープ (除去用) しょうゆ こしょう こしょう かつお かつお だし 塩	アイス アイス (原材料確認)
14 金	牛乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん 鶏肉と野菜の甘辛煮 (除去用) なると 和風サラダ バナナ 麦茶	豚肉 マロニー 人参 玉葱 きゃべつ なたと (除去用) しょうゆ みりん 砂糖 酒 ツナ油漬 人参 きゅうり もやし 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 油 塩 バナナ 麦茶	麦茶 わかめおにぎり 麦茶 米 炊きこみわかめ
15 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん ハヤシソース (除去用ベーコン 除去用ルウ) バナナ 麦茶	ベーコン (除去用) 油 人参 玉葱 じゃがいも ハヤシルウ (除去用) バナナ 麦茶	牛乳 フルーツゼリー 牛乳 せんべい (原材料確認)
18 火	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん インディアンポーク はるさめサラダ ポテトスープ (除去用ベーコン) 旬の柑橘類 麦茶	豚肉 塩 こしょう 生姜 こんにゃく 玉葱 人参 コーン カレー粉 しょうゆ りんごジャム きゃべつ マロニー 人参 酢 砂糖 油 塩 ベーコン (除去用) じゃがいも 玉葱 鶏がらスープ (除去用) 塩 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 ブレンケーキ (除去用ミックス粉) 牛乳 バター 砂糖
19 水	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 回鍋肉風 ワンタンスープ (除去用ベーコン) バナナ 麦茶	豚肉 油 生姜 こんにゃく 玉葱 人参 きゃべつ ビーマン しょうゆ 砂糖 葱 みそ ごま油 片栗粉 ベーコン (除去用) 人参 ねぎ ねぎ ねぎ ワンタンの皮 (卵除去) 鶏がらスープ (除去用) しょうゆ 塩 バナナ 麦茶	牛乳 ヨーグルトあえ 牛乳 生クリーム 砂糖 バナナ ももシロップ漬 みかんシロップ漬
20 木	牛乳 せんべい (卵アレルギー) (原材料確認)	ごはん ポテトミートグラタン わかめのスープ ふりかけ (除去用) 旬の柑橘類 麦茶	豚肉 玉葱 じゃがいも マロニー ケチャップ トマトピューレ 鶏がらスープ (除去用) チーズ パセリ (卵除去) 片栗粉 チンゲンサイ えのきだけ わかめ 鶏がらスープ (除去用) しょうゆ 塩 ふりかけ (除去用) 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 ジャムパン (除去用パン) 牛乳 パン (除去用) いちごジャム
21 金	牛乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん 煮魚 カリコリ漬け みそ汁 バナナ 麦茶	かじき 酒 生姜 みりん 砂糖 しょうゆ きゃべつ きゅうり たくあん しょうゆ ごま 豆腐 あおさ 玉ねぎ みそ 削り節 バナナ 麦茶	牛乳 プリン (除去用) 牛乳 プリン (除去用)
22 土	牛乳 めんぼう (卵アレルギー) (原材料確認)	ごはん チキンカレー (除去用ルウ) バナナ 麦茶	鶏肉の水煮 じゃがいも 玉葱 人参 油 カレールウ (除去用) 中濃ソース バナナ 麦茶	牛乳 お米のデザート 牛乳 お米のデザート (原材料確認)
24 月	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 鶏肉のしょうが焼き 切り干し大根の炒め煮 (除去用竹輪) みそ汁 バナナ 麦茶	鶏肉 生姜 酒 しょうゆ みりん 砂糖 切り干し大根 人参 油揚げ 竹輪 (除去用) 油 砂糖 しょうゆ 酒 豆腐 玉葱 えのきだけ 削り節 みそ バナナ 麦茶	牛乳 ヨーグルト 牛乳 せんべい (原材料確認)
25 火	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん タコイシの具 (除去用ウインナー) きゃべつのマヨサラダ ベーコンのスープ (除去用ベーコン) 旬の柑橘類 麦茶	豚肉 玉葱 じゃがいも マロニー マロニー トマト ケチャップ 酢 鶏がらスープ (除去用) 塩 きゃべつ チーズ ノンエッグマヨネーズ ベーコン (除去用) じゃがいも 人参 ねぎ 鶏がらスープ (除去用) 塩 しょうゆ パセリ 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 麦茶 牛乳 とうもろこし (以上児) 牛乳 せんべい (未満) 牛乳 アイス (原材料確認)
26 水	牛乳 コンフレークの 牛乳 かけ (原材料確認)	ごはん ポークカレー (除去用ルウ) フレンチサラダ 福神漬 すいか 麦茶	豚肉 油 生姜 玉葱 人参 じゃがいも カレールウ (除去用) 中濃ソース りんご きゃべつ きゅうり 人参 コーン 酢 砂糖 油 塩 福神漬 すいか 麦茶	牛乳 アイス 牛乳 アイス (原材料確認)
27 木	牛乳 望子せんべい (原材料確認)	ごはん かじきの香味焼き ハンサンスープ (除去用ハム) 玉ねぎのスープ (除去用) ままほこ バナナ 麦茶	かじき 生姜 こんにゃく しょうゆ 酒 砂糖 ごま油 マロニー きゃべつ きゅうり 人参 ハム (除去用) 酢 砂糖 しょうゆ ごま ごま油 玉葱 人参 ままほこ (除去用) 鶏がらスープ (除去用) 塩 こしょう しょうゆ バナナ 麦茶	牛乳 菓子 (原材料確認) 牛乳 菓子 (原材料確認)
28 金	牛乳 めんぼう (卵アレルギー) (原材料確認)	ごはん 五目炒め煮 (除去用) さつま揚げ (除去用) 竹輪 みそ汁 やきのり バナナ 麦茶	豚肉 人参 じゃがいも さつま揚げ (除去用) 竹輪 (除去用) 塩 砂糖 しょうゆ みりん 削り節 油揚げ 豆腐 みそ ねぎ 味付け海苔 バナナ 麦茶	牛乳 シュガーラスク (除去用パン) 牛乳 パン (除去用) 砂糖 パター
29 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん ウインナーカレー (除去用ウインナー 除去用ルウ) バナナ 麦茶	ウインナー (除去用) 玉葱 人参 じゃがいも カレールウ (除去用) 中濃ソース バナナ 麦茶	牛乳 フルーツゼリー 牛乳 せんべい (原材料確認)
31 月	牛乳 せんべい (卵) (原材料確認)	ごはん 焼き魚 ごまあえ 栄養すいとん 旬の柑橘類 麦茶	鮭 きゃべつ ほうれん草 ごま 砂糖 しょうゆ 豚肉 人参 大根 しめじ ねぎ 小麦粉 豆腐 みそ 削り節	牛乳 ゼリー 牛乳 みかんシロップ漬 牛乳 ももシロップ漬 りんごジュース

上記の食品以外も使用することがあります。
※調理室・製造工場内ではアレルギー物質を含む食品を取り扱う
場合があります。 黒色のアレルギーの方は固にお知らせください。

目分量	(3歳未満児)	(3歳以上児)
エネルギー	524kcal	549kcal
たんぱく質	18.0g	21.5g
脂質	17.5g	18.5g
たんぱく質	17.3g~25.6g	18.0g

平均	(3歳未満児)	(3歳以上児)
エネルギー	526kcal	549kcal
たんぱく質	18.0g	21.5g
脂質	17.5g	18.5g
食塩	1.7g	1.9g

毎月19日は
食育の日



ピーナッツ除去
(調味料・加工品は確認)

7月の献立予定表

令和5年度 御殿場市 保育園・こども園

項目	3歳未満児		3歳未満児・3歳以上児		
	日曜日	10時間食 昼食	副食 献立	材料名	
1 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 米粉のシチュー バナナ 麦茶	バナコン ウィンナー 人参 玉葱 ジャがいも 塩 コーン 豆乳 菜肉 塩 鶏がらスープ (除去用) バナナ 麦茶	3時間食 牛乳 やわらかおかき	牛乳 やわらかおかき (原材料確認)
3 月	牛乳 ひんばい (原材料確認)	ごはん 夏のトマトハヤシシチュー ハムのサラダ バナナ 麦茶	豚肉 油 人参 玉葱 ジャがいも トマト ハヤシルウ ケチャップ ウスターソース 塩 きゅうり ぎゅうり ハム 人参 ノンエッグマヨネーズ バナナ 麦茶	牛乳 スティックパイ	牛乳 パイ生地 砂糖
4 火	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 豆腐ハンバーグ かぼちゃの甘煮 みそ汁 バナナ 麦茶	玉葱 豆腐 豚肉 ひじき 米粉 塩 こしょう 油 しょうゆ 砂糖 かりん だんご かぼちゃ 砂糖 塩 削り節 人参 えのきだけ お麸 みそ ねぎ バナナ 麦茶	牛乳 焼きそば	牛乳 焼きそば麺 豚肉 きゅうり 人参 油 中濃ソース あおのり
5 水	牛乳 めんばい (原材料確認)	ごはん 焼き魚 野菜の昆布あえ すまし汁 バナナ 麦茶	鮭 きゅうり ぎゅうり 人参 昆布 削り節 玉ねぎ 人参 豆腐 塩 しょうゆ バナナ 麦茶	牛乳 フライドポテト	牛乳 じゃがいも 油 塩
6 木	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん 洋風天ぷら きゅうりとわかめの酢の物 七夕そうめん 旬の柑橘類 麦茶	ウィンナー 玉葱 人参 コーン 小麦粉 油 きゅうり きゅうり わかめ ツナ水煮 酢 砂糖 塩 しょうゆ 削り節 鶏肉 なたと そうめん 塩 しょうゆ みりん 砂糖 塩 旬の柑橘類 麦茶	きらきら星ゼリー	きらきら星ゼリー
7 金	牛乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん 肉丼の具 みそ汁 バナナ 麦茶	豚肉 生姜 人参 玉葱 えのきだけ マロニー 酒 砂糖 みりん しょうゆ じゃがいも 人参 わかめ 削り節 みそ バナナ 麦茶	牛乳 変わりラスク	牛乳 パン ノンエッグマヨネーズ カレー粉 パセリ
8 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん シーチキンカレー バナナ 麦茶	ツナ水煮 ジャがいも 玉葱 人参 油 カレールウ 中濃ソース バナナ 麦茶	牛乳 お米のデザート	牛乳 お米のデザート (原材料確認)
10 月	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん 親子煮 みそ汁 たくあん 旬の柑橘類 麦茶	鶏肉 玉葱 人参 ジャがいも 凍り豆腐 なたと 卵 グリンピース 砂糖 しょうゆ 酒 もやし 人参 えのきだけ みそ たくあん 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 ウィンナー	牛乳 ウィンナー ケチャップ
11 火	牛乳 めんばい (原材料確認)	ごはん ドライカレー シーチキンサラダ バナナ 麦茶	豚 玉葱 人参 人参 ビーマン 卵 カレールウ ウスターソース ケチャップ 卵 鶏がらスープ (除去用) トマトピューレ きゅうり ツナ油漬 コーン 人参 酢 砂糖 油 塩 バナナ 麦茶	牛乳 マカロニのきな粉かけ	牛乳 マカロニ きな粉 砂糖 塩
12 水	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん 魚の照り焼き おひたし とうがんと 旬の柑橘類 麦茶	かじき しょうゆ 酒 みりん 砂糖 生姜 きゅうり ぎゅうり 人参 削り節 しょうゆ 削り節 豚肉 とうがん 人参 油揚げ 豆腐 みそ 旬の柑橘類 麦茶	コーンフレークの 牛乳かけ	牛乳 コーンフレーク (原材料確認)
13 木	牛乳 せんべい (塩) (原材料確認)	ごはん 鶏肉のから揚げ スパゲティサラダ レタスのスープ すいか 麦茶	鶏肉 生姜 酒 しょうゆ だんご 油 スパゲティ きゅうり ハム 人参 ノンエッグマヨネーズ レタス みそ 玉葱 鶏がらスープ (除去用) しょうゆ 塩 こしょう 片栗粉 すいか 麦茶	アイス	アイス (原材料確認)
14 金	牛乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん 鶏肉と野菜の甘辛煮 和風サラダ バナナ 麦茶	鶏肉 マロニー 人参 玉葱 きゅうり なたと しょうゆ みりん 砂糖 酒 ツナ油漬 人参 きゅうり もやし 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 塩 バナナ 麦茶	麦茶 わかめおにぎり	麦茶 米 炊きこみわかめ
15 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん ハヤシソース バナナ 麦茶	ベーコン 油 人参 玉葱 ジャがいも ハヤシルウ バナナ 麦茶	フルーツゼリー せんべい	フルーツゼリー せんべい (原材料確認)
18 火	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん インディアンポーク はるさめサラダ ポテトスープ 旬の柑橘類 麦茶	豚肉 塩 こしょう 生姜 にんにく 油 玉葱 人参 コーン カレー粉 しょうゆ りんごジャム きゅうり マロニー 人参 酢 砂糖 油 塩 ベーコン ジャがいも 玉葱 鶏がらスープ (除去用) 塩 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 ブレーンケーキ	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 バター 砂糖
19 水	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 回鍋肉風 ワンタンスープ バナナ 麦茶	豚肉 油 生姜 にんにく 玉葱 人参 きゅうり ビーマン しょうゆ 砂糖 酒 みそ ごま油 片栗粉 ベーコン 人参 もやし ねぎ ごま油 ワンタンの皮 鶏がらスープ (除去用) しょうゆ 塩 バナナ 麦茶	ヨーグルトあえ	ヨーグルト 生クリーム 砂糖 バナナ ももシロップ漬 みかんシロップ漬
20 木	牛乳 めんばい (原材料確認)	ごはん ポテトミートグラタン わかめのスープ ふりかけ 旬の柑橘類 麦茶	豚 玉葱 ジャがいも マカロニ ケチャップ トマトピューレ 鶏がらスープ (除去用) チーズ パセリ チンゲンサイ えのきだけ わかめ 鶏がらスープ (除去用) しょうゆ 塩 ふりかけ 旬の柑橘類 麦茶	牛乳 ジャムパン	牛乳 パン いちごジャム
21 金	牛乳 ソースせんべい (原材料確認)	ごはん 煮魚 カリコリ漬 みそ汁 バナナ 麦茶	かじき 酒 生姜 みりん 砂糖 しょうゆ きゅうり ぎゅうり たくあん しょうゆ ごま 豆腐 あおさ 玉ねぎ みそ 削り節 バナナ 麦茶	牛乳 プリン	牛乳 プリン
22 土	牛乳 めんばい (原材料確認)	ごはん チキンカレー バナナ 麦茶	鶏肉の水煮 ジャがいも 玉葱 人参 油 カレールウ 中濃ソース バナナ 麦茶	牛乳 お米のデザート	牛乳 お米のデザート (原材料確認)
24 月	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん 鶏肉のしょうが焼き 切り干し大根の炒め煮 みそ汁 バナナ 麦茶	鶏肉 生姜 酒 しょうゆ みりん 砂糖 切り干し大根 人参 油揚げ 竹輪 油 砂糖 しょうゆ 酒 豆腐 玉葱 えのきだけ 削り節 みそ バナナ 麦茶	ヨーグルト せんべい	ヨーグルト せんべい (原材料確認)
25 火	牛乳 ライスクッキー (原材料確認)	ごはん タコライス きゅうりのマヨサラダ ベーコンのスープ 旬の柑橘類 麦茶	豚肉 油 ウィンナー 玉葱 人参 ビーマン トマト ケチャップ 砂糖 鶏がらスープ (除去用) 塩 きゅうり チーズ ノンエッグマヨネーズ ベーコン ジャがいも 人参 ねぎ 鶏がらスープ (除去用) 塩 しょうゆ パセリ 旬の柑橘類 麦茶	麦茶 どうもろこし (以上児) せんべい (未満)	麦茶 どうもろこし (以上児) せんべい (未満) (原材料確認)
26 水	コーンフレークの 牛乳かけ (原材料確認)	ごはん ポークカレー フレンチサラダ 福神漬 すいか 麦茶	豚肉 油 生姜 玉葱 人参 ジャがいも カレールウ 中濃ソース りんご きゅうり ぎゅうり 人参 コーン 酢 砂糖 油 塩 福神漬 すいか 麦茶	アイス	アイス (原材料確認)
27 木	牛乳 菓っ子せんべい (原材料確認)	ごはん かじきの香味焼き パンサンスー 玉ねぎのスープ バナナ 麦茶	かじき 生姜 にんにく しょうゆ 酒 砂糖 ごま油 マロニー きゅうり ぎゅうり 人参 ハム 酢 砂糖 しょうゆ ごま ごま油 玉葱 人参 かまぼこ 鶏がらスープ (除去用) 塩 こしょう しょうゆ バナナ 麦茶	牛乳 菓子 (原材料確認)	牛乳 菓子 (原材料確認)
28 金	牛乳 めんばい (原材料確認)	ごはん 五目炒め煮 みそ汁 やきのり バナナ 麦茶	鶏肉 人参 ジャがいも さつまいも 竹輪 油 砂糖 しょうゆ みりん 削り節 油揚げ 豆腐 ねぎ 味付け海苔 バナナ 麦茶	牛乳 シュガーラスク	牛乳 パン 砂糖 バター
29 土	牛乳 かぼちゃポーロ (原材料確認)	ごはん ウィンナーカレー バナナ 麦茶	ウィンナー 玉葱 人参 ジャがいも カレールウ 中濃ソース バナナ 麦茶	フルーツゼリー せんべい	フルーツゼリー せんべい (原材料確認)
31 月	牛乳 せんべい (塩) (原材料確認)	ごはん 焼き魚 ごまあえ 栄養すいとん 旬の柑橘類 麦茶	鮭 きゅうり ほうれん草 ごま 砂糖 しょうゆ 豚肉 人参 大根 しめじ ねぎ 小麦粉 豆腐 みそ 削り節	フルーツポンチ	ゼリー みかんシロップ漬 ももシロップ漬 りんごジュース

上記の食品以外にも使用することがあります。

※確認室・製造工場ではアレルギー物質を含む食品を取り扱う
場合があります。 度々のアレルギーの方は画にお知らせください。

目録量	(3歳未満児)	(3歳以上児)	平均 (3歳未満児)	(3歳以上児)	
エネルギー	524kcal	558kcal	エネルギー	526kcal	549kcal
たんぱく質	17.3g	26.6g	たんぱく質	18.0g	21.5g
	27.8g		脂質	17.5g	18.5g

毎月19日は
食育の日

