



給食献立表

普通食



令和7年 7月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	給食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
7月1日	麦ごはん 炒り豆腐 ほうれん草のバターソテー 味噌汁	芋ようかん 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、サラダ油、 バター、さつま芋、寒天	豆腐、鶏ひき肉、ひじき、 味噌、かつお粉、いりこ、 牛乳	人参、ねぎ、ほうれん草、 とうもろこし、なす、ねぎ	424	15.6	11.7	1.7
7月2日	麦ごはん タラのカレーフライ 切りの干し大根の煮物 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、カレー粉、薄力 粉、サラダ油、砂糖、バ ター、バニラエッセンス	タラ、切り干し大根、油揚 げ、かつお粉、味噌、プリ ン、いりこ	パセリ、人参、しいたけ、 さやえんどう、きゃべつ、 玉ねぎ	373	17.2	11.0	1.2
7月3日	焼きそば フレンチサラダ スイカ	ココアスコーン 牛乳 いりこ	中華麺、サラダ油、小麦 粉、ベーキングパウダー、 ココア、砂糖、バター	豚肉、あおのり、牛乳、い りこ	キャベツ、人参、玉ねぎ、 しいたけ、トマト、小松 菜、胡瓜、もやし、スイカ	402	14.8	13.3	1.1
7月4日	麦ごはん 酢豚 春雨のソテー わかめスープ	チーズ蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、砂糖、 片栗粉、春雨、ごま油、蒸 しパンミックス、胡麻	豚肉、わかめ、チーズ、牛 乳、いりこ	ピーマン、人参、玉ねぎ、 しいたけ、パイナップル、 レタス、とうもろこし、ね ぎ	351	13.4	10.6	1.3
7月7日	七塔そうめん チキンのレモン風味焼き キャベツのお浸し スイカ	きらきらサンド 牛乳 いりこ	そうめん、食パン、イチゴ ジャム、マーメイドジャ ム	豚肉、鶏肉、かつお節、牛 乳、いりこ	玉ねぎ、人参、オクラ、ね ぎ、レモン果汁、にんに く、キャベツ、すいか	447	22.9	15.8	2.8
7月8日	麦ごはん 肉じゃが ごぼうサラダ 味噌汁	小豆ホットケーキ いりこ	米、麦、じゃが芋、しらた き、サラダ油、砂糖、マヨ ネーズ、胡麻、ホットケ ーキミックス	豚肉、味噌、かつお粉、い りこ、小豆、スキムミルク	玉ねぎ、人参、さやいんげ ん、ごぼう、胡瓜、とうも ろこし、もやし	389	13.1	7.1	1.5
7月9日	麦ごはん カジキのピザ焼き ねばねば和え 味噌汁	マシュマロサンド 牛乳 いりこ	米、麦、さつま芋、マリー ビスケット、マシュマロ	チーズ、牛乳、味噌、かつ お粉、いりこ	ピーマン、モロヘイヤ、オ クラ、人参、ねぎ	347	16.6	8.1	1.1
7月10日	麦ごはん グリーンバーグ マカロニサラダ 味噌汁	じゃが芋もち 牛乳 いりこ	米、麦、パン粉、マカロ ニ、片栗粉、バター、砂糖	鶏ひき肉、鶏卵、ハム、味 噌、かつお粉、青のり、牛 乳、いりこ	ピーマン、モロヘイヤ、オ クラ、人参、なす	501	18.9	16.6	1.3
7月11日	麦ごはん 鶏肉の胡麻揚げ ひじきの炒め煮 味噌汁	パン粉クッキー いりこ	米、麦、黒ゴマ、片栗粉、 サラダ油、砂糖、ごま油、 パン粉、小麦粉、ベーキン グパウダー、バター	鶏むね肉、しらす、ひじ き、大豆、油揚げ、味噌、 かつお粉、鶏卵、いりこ	にんじん、さやいんげん、 小松菜、えのき	467	17.8	20.0	1.3
7月14日	麦ごはん 豚肉と茄子の味噌炒め 紅白煮（ツナ） チンゲン菜のスープ	豆腐ドーナツ いりこ	米、麦、サラダ油、砂糖、 じゃが芋、ごま油、ホット ケーキミックス	豚肉、ツナ、豆腐、いりこ	茄子、ピーマン、人参、チ ンゲン菜、えのき	366	12.4	9.5	1.1
7月15日	ミートソースパグティ ジャーマンポテト メロン	もちもちチーズパン 牛乳 いりこ	スパゲッティ、オリーブ 油、じゃが芋、白玉粉、サ ラダ油	鶏ひき肉、ベーコン、牛 乳、チーズ、いりこ	人参、玉ねぎ、トマト、メ ロン、	486	19.1	15.9	1.2
7月16日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 大根梅サラダ 味噌汁	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン 粉、砂糖、寒天	鮭、油揚げ、味噌、かつお 粉、いりこ	大根、人参、きゅうり、梅 干し、モロヘイヤ、オレン ジジュース	299	13.9	5.5	1.2
7月17日	夏野菜カレー ツナ入り野菜サラダ すいか	あん蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、カレー ルー、マヨネーズ、蒸しパ ンミックス	豚肉、ツナ、刻み昆布、小 豆、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、南瓜、トマ ト、茄子、きゃべつ、きゅ うり、すいか	403	14.6	13.6	1.7
7月18日	麦ごはん 焼きコロッケ 小松菜のしらす和え きのこスープ	コーンフレークケーキ いりこ	米、麦、バター、じゃがい も、パン粉、コーンフレ ーク、マシュマロ	豚ひき肉、チーズ、油揚 げ、鶏卵、いりこ	人参、玉ねぎ、パセリ、小 松菜、しいたけ、しめじ	445	13.4	13.3	1.5
7月22日	麦ごはん 豆腐とツナのハンバーグ ラタトゥイユ 味噌汁	黒ゴマクッキー いりこ	米、麦、パン粉、片栗粉、 砂糖、オリーブ油、薄力 粉、黒ゴマ、ベーキングパ ウダー、バター	ツナ、豆腐、鶏卵、味噌、 かつお粉	なす、ズッキーニ、玉ね ぎ、ピーマン、パプリカ、 にんにく、トマト、かぶ、 白菜	404	13.8	10.6	1.4
7月23日	麦ごはん いわしの胡麻揚げ ばりばりサラダ 味噌汁	とうもろこし 牛乳 いりこ	米、麦、薄力粉、ごま、サ ラダ油、砂糖、コーンフ レーク	鰯、鶏卵、味噌、かつお 粉、いりこ、牛乳	しょうが、小松菜、もやし 、トマト、人参、きゅう り、かぼちゃ、しめじ、と うもろこし	450	18.5	13.6	1.0
7月24日	サラダそうめん ポテトサラダ メロン	チーズジャムパン 牛乳 いりこ	そうめん、じゃがいも、胡 麻、マヨネーズ、コッパ ン、ブルーベリージャム	ツナ、枝豆、牛乳、いりこ	トマト、きゅうり、人参、 とうもろこし、メロン	354	12.0	10.0	2.1
7月25日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 春雨の和え物 味噌汁	コーンマヨホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、ごま油、マ ヨネーズ、ホットケーキ ミックス	鶏もも肉、春雨、生揚げ、 味噌、かつお粉、いりこ、 牛乳	生姜、胡瓜、もやし、人 参、小松菜、とうもろこ し、パセリ	476	18.8	16.7	1.5
7月28日	麦ごはん ボークビーンズ モロヘイヤ納豆 味噌汁	ヨーグルトパン 牛乳 いりこ	米、麦、サラダ油、砂糖、 じゃが芋、強力粉、ベーキ ングパウダー、サラダ油、 いちごジャム	豚ひき肉、大豆、納豆、わ かめ、のり、味噌、かつお 粉、ヨーグルト、牛乳、い りこ	人参、玉ねぎ、なす、モロ ヘイヤ	500	20.2	13.9	1.7
7月29日	三色ご飯 けんちん煮 すまし汁 バナナ	ポテトクッキー いりこ	米、麦、砂糖、サラダ油、 重宝、じゃがいも、薄力 粉、ベーキングパウダー、 バター	鶏ひき肉、豆腐、麩、味 噌、かつお粉	人参、大根、ごぼう、しめ じ、にら、バナナ	436	15.9	9.7	1.6
7月30日	麦ごはん タラのマヨネーズ焼き 五目豆 キャベツスープ	味噌蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、砂 糖、蒸しパンミックス、ご ま	タラ、大豆、刻み昆布、味 噌、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、パセリ、ご ぼう、しいたけ、きゃべつ	358	19.3	11.1	1.5
7月31日	麦ごはん 鶏ときのこの卵とじ ブロッコリーのオーロラ和え 味噌汁	レモンケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、薄力 粉、スキムミルク、ベーキ ングパウダー、砂糖、バ ター	鶏もも肉、鶏卵、麩、味 噌、かつお粉、生クリー ム、牛乳、いりこ	人参、玉ねぎ、えのき、し めじ、ブロッコリー、な す、レモン果汁	515	19.6	21.2	1.5

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。



給食献立表

離乳食



令和7年 7月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立				食 材
	主食	おかず	汁・果汁等	おやつ	
7月1日	お粥	炒り豆腐・ほうれん草の和え物	味噌汁	芋ようかん	米・豆腐・鶏ひき肉・人参・ねぎ・ひじき・ほうれん草・とうもろこし・なす・ねぎ・さつま芋・寒天
7月2日	お粥	タラの煮付け・切り干し大根の煮物	味噌汁	ベビーダノン	米・たら・切り干し大根・油揚げ・人参・しいたけ・さやえんどう・きゃべつ・玉ねぎ・ベビーダノン
7月3日	煮込みそば	フレンチサラダ	スイカ	ホットケーキ	中華麺・鶏ささみ・キャベツ・人参・玉ねぎ・しいたけ・青のり・トマト・小松菜・きゅうり・もやし・スイカ・ホットケーキミックス
7月4日	おかゆ	野菜のそぼろ煮・春雨サラダ	わかめスープ	チーズ蒸しパン	米・鶏ひき肉・ピーマン・人参・玉ねぎ・しいたけ・春雨・レタス・とうもろこし・わかめ・ねぎ・こま・蒸しパンミックス・チーズ
7月7日	七タそうめん	キャベツのお浸し	スイカ	パン	そうめん・鶏ささみ・玉ねぎ・人参・オクラ・ねぎ・キャベツ・かつお節・すいか・食パン
7月8日	お粥	肉じゃが・ごぼうサラダ	味噌汁	小豆ホットケーキ	米・鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・さやいんげん・ごぼう・きゅうり・とうもろこし・胡麻・もやし・わかめ・ホットケーキミックス・小豆
7月9日	お粥	カジキのピザ風焼き・ねばねば和え	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米・めかじき・ピーマン・チーズ・ケチャップ・モロヘイヤ・オクラ・人参・かつお節・さつま芋・ねぎ・赤ちゃんせんべい
7月10日	お粥	グリーンバーグ・マカロニサラダ	味噌汁	粉ふき芋	米・鶏ひき肉・ピーマン・ほうれん草・パン粉・ケチャップ・マカロニ・きゅうり・人参・とうもろこし・大根・しめじ・じゃが芋・青のり
7月11日	お粥	ささみの胡麻煮・ひじきの煮物	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米・鶏ささみ・胡麻・ひじき・大豆・人参・油揚げ・さやいんげん・しらす・小松菜・えのきたけ・赤ちゃんせんべい
7月14日	お粥	ひき肉と茄子の味噌煮・紅白煮	チンゲン菜のスープ	豆腐のホットケーキ	米・鶏ひき肉・茄子・ピーマン・じゃが芋・人参・ツナ・チンゲン菜・えのきたけ・ホットケーキミックス・豆腐
7月15日	ミートソーススパゲッティ	ジャーマンポテト	メロン	赤ちゃんせんべい	スパゲッティ・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・トマト・じゃが芋・メロン・赤ちゃんせんべい
7月16日	お粥	鮭のパン粉焼き・大根サラダ	味噌汁	オレンジ寒天	米・鮭・パン粉・大根・人参・きゅうり・モロヘイヤ・油揚げ・オレンジ果汁・寒天・みかん
7月17日	夏野菜粥	ツナ入り野菜サラダ	スイカ	あん蒸しパン	米・鶏ささみ・人参・玉ねぎ・南瓜・トマト・茄子・ツナ・キャベツ・きゅうり・すいか・刻み昆布・蒸しパンミックス・こしあん
7月18日	お粥	じゃが芋とひき肉のそぼろ煮 小松菜のしらす和え	きのこスープ	コーンフレーク	米・じゃが芋・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・小松菜・しらす・油揚げ・しいたけ・えのきたけ・しめじ・コーンフレーク・粉ミルク
7月22日	お粥	豆腐とツナのハンバーグ ラタトゥイユ	味噌汁	赤ちゃんせんべい	米・豆腐・ツナ・玉ねぎ・パン粉・片栗粉・なす・ズッキーニ・ピーマン・パプリカ・トマト・かぶ・白菜・赤ちゃんせんべい
7月23日	お粥	カジキの胡麻味噌煮・ばりばりサラダ	味噌汁	とうもろこし	米・めかじき・胡麻・小松菜・もやし・トマト・人参・きゅうり・コーンフレーク・南瓜・しめじ・とうもろこし
7月24日	サラダそうめん	ポテトサラダ	メロン	パン	そうめん・ツナ・トマト・きゅうり・人参・とうもろこし・胡麻・じゃが芋・枝豆・メロン・コッペパン
7月25日	お粥	ささみの甘煮・春雨の和え物	味噌汁	コーンホットケーキ	米・鶏ささみ・きゅうり・春雨・もやし・人参・小松菜・生揚げ・ホットケーキミックス・とうもろこし
7月28日	お粥	チキンピーズ・モロヘイヤ納豆	味噌汁	ホットケーキ	米・鶏ひき肉・大豆・人参・玉ねぎ・なす・じゃが芋・納豆・モロヘイヤ・のり・わかめ・ホットケーキミックス・ヨーグルト
7月29日	そぼろ粥	けんちん煮	澄まし汁	粉ふき芋	米・鶏ひき肉・人参・豆腐・大根・里芋・ごぼう・しめじ・にら・麩・じゃが芋
7月30日	お粥	タラの野菜煮・五目豆	キャベツスープ	味噌蒸しパン	米・たら・人参・玉ねぎ・パセリ・大豆・ごぼう・れんこん・しいたけ・昆布・キャベツ・蒸しパンミックス・味噌
7月31日	お粥	ささみときこの煮物・ブロッコリー	味噌汁	レモンケーキ	米・鶏ささみ・人参・玉ねぎ・えのきたけ・しめじ・ブロッコリー・なす・麩・ホットケーキミックス・レモン果汁

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。
エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れて行きます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。

