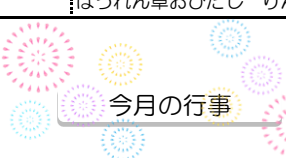
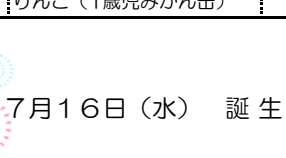


# 給 食 献 立 表

令和7年7月

帯広市 こども 課

| 日               | 3歳～5歳児                                             | 3歳未満児                                                     | おやつ                                                                                 | 日                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 3歳～5歳児                                               | 3歳未満児                                                   | おやつ                                                                                   |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
|-----------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----|----|-------|----------|--------|--------|-------|-----------------|----------|--------|--------|-------|
| 1<br>火          | わかめ味噌汁<br>豚肉と野菜のからめ煮<br>南瓜そぼろあんかけ<br>キャベツ昆布あえ パナナ  | ご飯 わかめ味噌汁<br>豚肉と野菜のからめ煮<br>南瓜そぼろあんかけ<br>キャベツ昆布あえ パナナ      | いもしと<br>牛乳                                                                          | 17<br>木                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 味噌汁<br>すりみフライ<br>大根と鶏肉の煮物<br>チンゲン菜のりあえ パナナ           | ご飯 味噌汁<br>すりみフライ<br>大根と鶏肉の煮物<br>チンゲン菜のりあえ パナナ           | ジャムサンド<br>牛乳                                                                          |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 2<br>水          | かぶのスープ<br>豆腐入りチキンナゲット<br>肉じゃが<br>白菜おひたし パイン缶       | ご飯 かぶのスープ<br>豆腐入りチキンナゲット<br>肉じゃが<br>白菜おひたし パイン缶           | 米菓子<br>ピピピチーズ<br>牛乳                                                                 | 18<br>金                                                                                                                                                                                                                                                                                            | さつま汁<br>蒸し鶏<br>なすそぼろ煮<br>小松菜ごまあえ パイン缶                | ご飯 さつま汁<br>蒸し鶏<br>なすそぼろ煮<br>小松菜ごまあえ パイン缶                | ムーンライト<br>甘納豆<br>牛乳                                                                   |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 3<br>木          | 玉葱味噌汁<br>さばの照り煮<br>ごぼう炒り煮<br>ほうれん草のりあえ りんご         | ひじきご飯 玉葱味噌汁<br>さばの照り煮 ごぼう炒り煮<br>ほうれん草のりあえ<br>りんご（1歳児みかん缶） | おからとバナナの<br>ドーナツ<br>牛乳                                                              | 19<br>土                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 焼きそば<br>わかめスープ<br>バナナ                                | 焼きそば<br>わかめスープ<br>バナナ                                   |    |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 4<br>金          | さつまいも味噌汁<br>高野豆腐玉子とじ<br>切干大根とひじきの煮物<br>もやしごまあえ パナナ | ご飯 さつまいも味噌汁<br>高野豆腐玉子とじ<br>切干大根とひじきの煮物<br>もやしごまあえ パナナ     | ベジタべるミニ<br>牛乳                                                                       | 22<br>火                                                                                                                                                                                                                                                                                            | ポトフ<br>ウインナーケチャップ炒め<br>南瓜甘辛煮<br>もやしおひたし りんご          | ご飯 ポトフ<br>ウインナーケチャップ炒め<br>南瓜甘辛煮 もやしおひたし<br>りんご（1歳児みかん缶） | たべっこどうぶつ<br>レーズン<br>ジョアストロベリー                                                         |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 5<br>土          | スパゲッティナポリタン<br>コンソメスープ<br>バナナ                      | スパゲッティナポリタン<br>コンソメスープ<br>バナナ                             |    | 23<br>水                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 大根味噌汁<br>若鶏の桑焼き<br>筑前煮<br>ほうれん草のりあえ パナナ              | 炒め納豆ご飯 大根味噌汁<br>若鶏の桑焼き<br>筑前煮<br>ほうれん草のりあえ パナナ          | お好み焼き<br>牛乳                                                                           |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 7<br>月          | なす味噌汁<br>もやしチャンプルー<br>さつまいも甘辛煮<br>ほうれん草おひたし パナナ    | ふりかけご飯 なす味噌汁<br>もやしチャンプルー<br>さつまいも甘辛煮<br>ほうれん草おひたし パナナ    | みかんゼリー<br>米菓子<br>お茶                                                                 | 24<br>木                                                                                                                                                                                                                                                                                            | にら味噌汁<br>豆腐とひじきのハンバーグ<br>ジャーマンポテト すいか<br>ブロッコリーおかかあえ | ご飯 にら味噌汁<br>豆腐とひじきのハンバーグ<br>ジャーマンポテト すいか<br>ブロッコリーおかかあえ | ハニライイス<br>ブリッツ<br>お茶                                                                  |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 8<br>火          | そうめん汁<br>たらカレー竜田揚げ<br>きゅうりとかぶの昆布あえ<br>りんご          | ご飯 そうめん汁<br>たらカレー竜田揚げ<br>きゅうりとかぶの昆布あえ<br>りんご（1歳児みかん缶）     | ハムチーズ蒸しパン<br>牛乳                                                                     | 25<br>金                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 白菜スープ<br>ポークピカタ<br>スパゲッティ<br>キャベツごまあえ パナナ            | ご飯 白菜スープ<br>ポークピカタ<br>スパゲッティ<br>キャベツごまあえ パナナ            | ゆでとうもろこし<br>お茶                                                                        |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 9<br>水          | チンゲン菜味噌汁<br>鶏肉のチリソース風<br>大根とツナの煮物<br>もやしのナムル パナナ   | ご飯 チンゲン菜味噌汁<br>鶏肉のチリソース風<br>大根とツナの煮物<br>もやしのナムル パナナ       | 米菓子<br>ビスコ<br>牛乳                                                                    | 26<br>土                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 和風スパゲッティ<br>コンソメスープ<br>バナナ                           | 和風スパゲッティ<br>コンソメスープ<br>バナナ                              |  |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 10<br>木         | 手づくり醤油ラーメン<br>りんご                                  | チーズおかかおにぎり<br>手づくり醤油ラーメン<br>りんご（1歳児みかん缶）                  | 米菓子<br>牛乳                                                                           | 28<br>月                                                                                                                                                                                                                                                                                            | キャベツ味噌汁<br>かき揚げ天<br>大根と油揚げ煮物<br>小松菜昆布あえ りんご          | ご飯 キャベツ味噌汁<br>かき揚げ天 小松菜昆布あえ<br>大根と油揚げ煮物<br>りんご（1歳児みかん缶） | ジャム添え<br>ホットケーキ<br>牛乳                                                                 |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 11<br>金         | 白菜味噌汁<br>ゆで豚<br>南瓜バター煮<br>小松菜のりあえ パナナ              | ご飯 白菜味噌汁<br>ゆで豚<br>南瓜バター煮<br>小松菜のりあえ パナナ                  | 鉄の国のアリス<br>米菓子<br>牛乳                                                                | 29<br>火                                                                                                                                                                                                                                                                                            | コンソメスープ<br>チキンカレー<br>コールスローサラダ<br>パイン缶               | コンソメスープ<br>チキンカレーライス<br>コールスローサラダ<br>パイン缶               | ふかしいも<br>牛乳                                                                           |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 12<br>土         | 具だくさんうどん<br>バナナ                                    | 具だくさんうどん<br>バナナ                                           |  | 30<br>水                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 中華スープ<br>ホイコーロー<br>さつまいもそぼろ煮<br>しゃきしゃきナムル パナナ        | ご飯 中華スープ<br>ホイコーロー<br>さつまいもそぼろ煮<br>しゃきしゃきナムル パナナ        | サッポロポテトミニ<br>牛乳                                                                       |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 14<br>月         | 豆腐味噌汁<br>ポパイオムレツ<br>切干大根の煮物<br>キャベツ昆布あえ りんご        | ご飯 豆腐味噌汁<br>ポパイオムレツ 切干大根の煮物<br>キャベツ昆布あえ<br>りんご（1歳児みかん缶）   | フルーツ<br>ヨーグルトあえ<br>お茶                                                               | 31<br>木                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 南瓜味噌汁<br>揚げ魚みぞれ煮<br>煮合わせ<br>ほうれん草おひたし りんご            | ご飯 南瓜味噌汁<br>揚げ魚みぞれ煮 煮合わせ<br>ほうれん草おひたし<br>りんご（1歳児みかん缶）   | 米菓子<br>ルヴァン<br>牛乳                                                                     |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 15<br>火         | かぶ味噌汁<br>鮭照り焼き<br>金平ごぼう<br>ほうれん草おひたし パナナ           | 菜飯 かぶ味噌汁<br>鮭照り焼き<br>金平ごぼう<br>ほうれん草おひたし パナナ               | オールレーズン<br>米菓子<br>牛乳                                                                | <div><div></div><div><div>今月の行事</div><div>7月16日（水） 誕生会</div></div><div></div></div>                                       |                                                      |                                                         |                                                                                       |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 16<br>水         | ミートボールカレーライス<br>コンソメスープ<br>野菜さっぱりあえ<br>りんご         | ミートボールカレーライス<br>コンソメスープ<br>野菜さっぱりあえ<br>りんご（1歳児みかん缶）       | カステラ<br>お茶                                                                          | <table><tr><th>栄養（平均）</th><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>食塩</th></tr><tr><td>3歳未満児</td><td>530 kcal</td><td>21.2 g</td><td>18.2 g</td><td>1.9 g</td></tr><tr><td>3歳以上児<br/>（副食のみ）</td><td>410 kcal</td><td>19.5 g</td><td>17.9 g</td><td>2.2 g</td></tr></table> <div>（平日の栄養平均値）</div> |                                                      |                                                         |                                                                                       | 栄養（平均） | エネルギー | たんぱく質 | 脂質 | 食塩 | 3歳未満児 | 530 kcal | 21.2 g | 18.2 g | 1.9 g | 3歳以上児<br>（副食のみ） | 410 kcal | 19.5 g | 17.9 g | 2.2 g |
| 栄養（平均）          | エネルギー                                              | たんぱく質                                                     | 脂質                                                                                  | 食塩                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                      |                                                         |                                                                                       |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 3歳未満児           | 530 kcal                                           | 21.2 g                                                    | 18.2 g                                                                              | 1.9 g                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                      |                                                         |                                                                                       |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |
| 3歳以上児<br>（副食のみ） | 410 kcal                                           | 19.5 g                                                    | 17.9 g                                                                              | 2.2 g                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                      |                                                         |                                                                                       |        |       |       |    |    |       |          |        |        |       |                 |          |        |        |       |

※ 行事、材料の関係で変更もありますのでご了承ください。