2025年　7月上旬

りにゅうしょくこんだてよていひょう（ひよこ・こりす）

社会福祉法人　路交館　　幼保連携型認定こども園　北丘聖愛園　　地域子育てセンター北丘

2025.6.28

日付	完了期 ひるごはん	後期 10か月頃～	3時おやつ （10か月頃～）	材料名 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	中期 7ヶ月ごろ～	初期 6ヶ月ごろ～	材料名	行事 食育活動
01 火	三色ごはん ごもくきんぴら みそ汁（ほうれん草）	三色ごはん オクラの煮浸 みそ汁（ほうれん草）	揚げパン （ロールパン） 牛乳	七分つき米、○NEGロール（小）、油、○油、糸こんにゃく、砂糖、○グラニュー糖、○麦ロール	○牛乳、合挽肉、卵、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚	ほうれんそう（冷凍）、ピーマン、れんこん、ｻﾂｶﾞｲﾓﾎﾞｳ（冷）、人参、セロリ	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　おかゆ	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	
02 水	牛肉のロール煮 マカロニサラダ スープ（オクラ） ふりかけごはん プチゼリー	牛肉のロール煮 南瓜の煮物 スープ（オクラ） ふりかけごはん プチゼリー	チョコなしの 抹茶ケーキ 牛乳	七分つき米、○砂糖、マカロニ、○小麦粉、マヨネーズ、○マーガリン、砂糖	○牛乳、牛肉、○卵、ツナ缶	人参、オクラ（冷凍）、いんげん（冷）、胡瓜、サニーレタス	豆腐のくず煮 南瓜の煮物 スープ　おかゆ	豆腐のくず煮 南瓜の煮物 スープ　つぶしがゆ	豆腐 南瓜(人参) 米	誕生会
03 木	チャンプル ちりめんじゃこ みそ汁（じゃがいも） 七分つき米（納豆）	チャンプル 人参の煮物 みそ汁（じゃがいも） 七分つき米（納豆）	やさいスティック 牛乳	七分つき米、じゃが芋、ゴマ油、○マヨネーズ	○牛乳、豆腐、納豆、ししゃも、豚バラ肉、米みそ（淡色辛みそ）、カットわかめ、ちりめんじゃこ	○胡瓜、もやし、にら、○大根、○人参、竹の子（ゆで）、人参、青葱	白身魚のくず煮 人参の煮物 みそ汁　おかゆ	白身魚のくず煮 人参の煮物 みそ汁　つぶしがゆ	鯛 人参(オクラ) 米	
04 金	かしわの香味焼 高野豆腐の煮物 みそ汁（なす） 七分つき米（納豆）	かしわの香味焼 マッシュポテト みそ汁（なす） 七分つき米（納豆）	カルピスジュレ おかし 牛乳	七分つき米、ゴマ油、砂糖、○砂糖	○牛乳、鶏モモ肉、納豆、○カルピス、米みそ（淡色辛みそ）、高野豆腐、うす揚	なす、トマト＊、きゃべつ、玉葱、○黄桃缶、人参、サニーレタス、みつば、○アガー、青葱	ささみのくず煮 マッシュポテト みそ汁　おかゆ	ささみのくず煮 マッシュポテト みそ汁　つぶしがゆ	ささみ じゃがいも(人参) 米	
05 土	豚肉のスープ煮 ブロッコリーのごまあえ じゃこめし	豚肉のスープ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 じゃこめし	おかし 牛乳	七分つき米、はるさめ、油、砂糖	○牛乳、厚揚げ（三角）、豚モモ肉、ちりめんじゃこ、いりごま	はくさい、人参、チンゲンサイ、しめじ、竹の子（ゆで）	白身魚のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　おかゆ	白身魚のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　つぶしがゆ	鯛 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) 米	納涼会
07 月	七夕そうめん 天ぷら	七夕そうめん 南瓜の煮物	梅ゼリー おかし 牛乳	そうめん（干）、小麦粉、さつまいも、○氷砂糖、油、○砂糖、砂糖	○牛乳、えび（天ぷら用）、キャラかまぼこ、錦糸卵、卵	○うめ（果汁）、胡瓜、○こんぶ、人参、青葱、干し椎茸、○かんてん（粉）	白身魚のくず煮 南瓜の煮物 にゅうめん	白身魚のくず煮 南瓜の煮物 にゅうめん	鯛 南瓜(オクラ) そうめん	
08 火	ヤンニョムチキン 切干大根のナムル スープ（ワカメ） 七分つき米（納豆）	鶏のケチャップ焼き マッシュポテト スープ（ワカメ） 七分つき米（納豆）	チーズトースト 牛乳	七分つき米、○食パン（薄い）、片栗粉、○マーガリン、砂糖、ゴマ油、○麦ロール	○牛乳、鶏モモ肉、納豆、○とろけるチーズ、ロースハム、いりごま、カットわかめ	胡瓜、もやし、切り干しだいこん	豆腐のくず煮 マッシュポテト スープ　おかゆ	豆腐のくず煮 マッシュポテト スープ　つぶしがゆ	豆腐 じゃがいも(人参) 米	
09 水	牛丼 胡瓜もみ すまし汁	牛丼 オクラの煮浸 すまし汁	ピザポテト 牛乳	七分つき米、○チルドポテト、糸こんにゃく、砂糖、おつゆ麩	○牛乳、牛肉、豆腐、○ピザ用チーズ、○ベーコン、ちりめんじゃこ、カットわかめ	玉葱、胡瓜、みつば、○ピーマン	ささみのくず煮 オクラの煮浸 すまし汁　おかゆ	ささみのくず煮 オクラの煮浸 すまし汁　つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	たてわりふれあいデー (れもん)
10 木	冷しゃぶ なすの揚げ奴 みそ汁（きのこ） 七分つき米（納豆）	冷しゃぶ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁（きのこ） 七分つき米（納豆）	マカロニのあべ川 牛乳	七分つき米、○マカロニ、○砂糖、油	○牛乳、豚肩ロース、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、○きな粉、かつお節	なす、トマト＊、大根おろし、舞茸、しめじ、サニーレタス、えのき茸、青葱	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁　おかゆ	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) 米	たてわりふれあいデー (ぶどう)
11 金	鶏の塩焼き 大豆サラダ スープ（玉葱） ロールパン	鶏の塩焼き 南瓜の煮物 スープ（玉葱） ロールパン	今川焼 牛乳	NEGロール、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、麦ロール	○牛乳、鶏モモ肉、大豆（乾）、ツナ缶、卵(黄)、ベーコン	トマト＊、玉葱、胡瓜、しめじ、人参、サニーレタス	ささみのくず煮 南瓜の煮物 スープ　ひたしパン	ささみのくず煮 南瓜の煮物 スープ　パンがゆ	ささみ 南瓜(オクラ) 米	たてわりふれあいデー (もも)
12 土	ハンバーグ オクラの梅肉あえ みそ汁（小松菜） 七分つき米（納豆）	ハンバーグ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁（小松菜） 七分つき米（納豆）	おかし 牛乳	七分つき米	○牛乳、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、かつお節	ﾌﾞﾁﾌﾞﾛｯｺﾘｰ（冷凍）、オクラ（冷凍）、小松菜（冷凍）、梅ペースト	白身魚のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁　おかゆ	白身魚のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	鯛 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) 米	
14 月	焼肉風炒め物 ひじきサラダ みそ汁（豆腐） 七分つき米（納豆）	焼肉風炒め物 人参の煮物 みそ汁（豆腐） 七分つき米（納豆）	バナナカステラ 牛乳	七分つき米、油、砂糖、マヨネーズ、○麦ロール	○牛乳、牛肉、納豆、豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、カットわかめ、いりごま	きゃべつ、人参、玉葱、ピーマン、ｽｲｰﾄｺｰﾝﾎｰﾙ缶、竹の子（ゆで）、いんげん（冷）、ひじき、青葱	白身魚のくず煮 人参の煮物 みそ汁　おかゆ	白身魚のくず煮 人参の煮物 みそ汁　つぶしがゆ	鯛 人参(オクラ) 米	
15 火	ジャージャーめん かぼちゃのふくめ煮	ジャージャーめん 南瓜の煮物	おにぎり (軟飯) 麦茶	ゆで中華めん、○七分つき米、砂糖、ゴマ油、ゆでうどん	合挽肉、みそ、錦糸卵	カボチャ（冷）、玉葱、人参、胡瓜、○だいこん（葉）、青葱	豆腐のくず煮 南瓜の煮物 煮込みうどん	豆腐のくず煮 南瓜の煮物 くたくたうどん	豆腐 南瓜(オクラ) うどん	

☆ 材料の○は午後おやつに使用している食材です。
☆朝おやつはベビースティックを提供します。
☆後期食の3時おやつはお茶を提供します。
☆後期食は軟飯を提供しています。
☆七分つき米は国産を使用しています。

☆初期食は、食材をかつおだしで炊いて作っています。（とろみは片栗粉使用）
☆パンがゆ・ひたしパンには、スープを使用しています。
☆初期食、中期食のスープ・みそ汁は同じものです。
☆中期食の味付けに使用している調味料（かつおだし・みそ・ブイヨン・中華味・しょうゆ・塩など）は、上記の材料名には載せていません。
☆材料名の（　）は中期食と後期食のみの提供となります。変更する場合もあります。

2025年　7月下旬

りにゅうしょくこんだてよていひょう（ひよこ・こりす）

社会福祉法人　路交館　　幼保連携型認定こども園　北丘聖愛園　　地域子育てセンター北丘　　2025.6.28

日付	完了期 ひるごはん	後期 10か月頃～	3時おやつ （10か月頃～）	材料名 熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	中期 7ヶ月ごろ～	初期 6ヶ月ごろ～	材料名	行事 食育活動
16 水	かしわの炊き合わせ オクラのおかかあえ みそ汁（ワカメ） 七分つき米（納豆）	かしわの炊き合わせ オクラの煮浸 みそ汁（ワカメ） 七分つき米（納豆）	ヨーグルトパン 牛乳	七分つき米、〇小麦粉、〇砂糖、砂糖、〇マーガリン	〇牛乳、鶏モモ肉、納豆、〇ヨーグルト(無糖)、一口がんも、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、かつお節、カッ	大根、オクラ、人参、いんげん（冷）、青葱	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　おかゆ	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	
17 木	鮭ごはん ブロッコリーのごまポン酢 みそ汁（玉葱）	鮭ごはん ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁（玉葱）	くだもの (フルーツ缶) おかし 牛乳	七分つき米、砂糖	〇牛乳、鮭フレーク、うす揚、米みそ（淡色辛みそ）、いりごま、カットわかめ	〇すいか、玉葱、えのき茸、みつば、青葱	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁　おかゆ	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) 米	避難訓練
18 金	チンジャオロース ポテトサラダ みそ汁（麩） 七分つき米（納豆）	チンジャオロースー マッシュポテト みそ汁（麩） 七分つき米（納豆）	蒸しパン 牛乳	七分つき米、チルドポテト、〇小麦粉、〇砂糖、マヨネーズ、油、砂糖、おつゆ麩、片栗粉	〇牛乳、牛肉、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚	ピーマン、トマト＊、人参、竹の子（ゆで）、胡瓜、玉葱、〇レーズン、青葱、しょうが	ささみのくず煮 マッシュポテト みそ汁　おかゆ	ささみのくず煮 マッシュポテト みそ汁　つぶしがゆ	ささみ じゃがいも(人参) 米	ピーマンの種取り(うさぎ)
19 土	キッズピピンバ シュウマイ スープ（オクラ）	キッズピピンバ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ（オクラ）	おかし 牛乳	七分つき米、砂糖、ゴマ油	〇牛乳、ｲﾋﾞ入りシューマイ（冷）、合挽肉、錦糸卵、いりごま	もやし、オクラ（冷凍）、人参、サニーレタス、にら	白身魚のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　おかゆ	白身魚のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　つぶしがゆ	鯛 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) 米	
22 火	なめ茸ごはん 野菜のフランク炒め みそ汁（小松菜）	なめ茸ごはん キャベツの煮浸 みそ汁（小松菜）	フレークおこし (コーンフレークのミルクがけ) 牛乳	七分つき米、〇コーンフレーク、〇マーガリン、油	〇牛乳、ツナ缶、米みそ（淡色辛みそ）、フランクフルト、うす揚	小松菜、なめ茸（味付け）、きゃべつ、人参、玉葱、ピーマン、みつば	豆腐のくず煮 キャベツの煮浸 みそ汁　おかゆ	豆腐のくず煮 キャベツの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	豆腐 キャベツ(人参) 米	
23 水	さわらの塩焼き レバーとじゃが芋の甘辛煮 みそ汁（キャベツ） 七分つき米（納豆）	さわらの塩焼き オクラの煮浸 みそ汁（キャベツ） 七分つき米（納豆）	胡麻ミルクプリン (ゼリー) おかし 麦茶	七分つき米、チルドポテト、油、砂糖、〇砂糖、片栗粉、〇ねりごま	塩鯖、〇牛乳、鶏レバー、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、塩鯖（大）、さわら	きゃべつ、〇アガー、青葱	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　おかゆ	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	
24 木	ポトフ グリーンサラダ ロールパン	ポトフ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 ロールパン	みかん缶 牛乳	ＮＥＧロール、チルドポテト、フレンチドレッシング（分離型）、油、麦ロール	〇牛乳、フランクフルト	玉葱、きゃべつ、人参、かぶ、レタス、しめじ、胡瓜、セロリ	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　ひたしパン	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　パンがゆ	豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) パン	
25 金	冷めん なすの味噌しぎ	冷めん 南瓜の煮物	フライドポテト (おかし) 牛乳	ゆで中華めん、〇油、砂糖、ゴマ油、ゆでうどん	〇牛乳、焼き豚、錦糸卵、米みそ（淡色辛みそ）	なす、トマト＊、胡瓜、ピーマン、干し椎茸	白身魚のくず煮 南瓜の煮物 煮込みうどん	白身魚のくず煮 南瓜の煮物 くたくたうどん	鯛 南瓜(オクラ) うどん	じゃがいも洗い(りす)
28 月	ハヤシライス ブロッコリーのツナマヨ	ハヤシライス ブロッコリーの煮浸	きな粉クッキー 牛乳	七分つき米、チルドポテト、〇小麦粉、〇マーガリン、〇砂糖、マヨネーズ、油	〇牛乳、牛肉、〇卵、ツナ缶、〇きな粉	玉葱、人参、マッシュルーム缶、グリンピース（冷凍）	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　おかゆ	豆腐のくず煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮浸 スープ　つぶしがゆ	豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(人参) 米	
29 火	チキンと野菜 揚シュウマイ みそ汁（なす） 七分つき米（納豆）	チキンと野菜 オクラの煮浸 みそ汁（なす） 七分つき米（納豆）	たい焼 牛乳	七分つき米、油、砂糖	〇牛乳、鶏モモ肉、ｲﾋﾞ入りシューマイ（冷）、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚、いりごま	きゃべつ、なす、ほうれん草、人参、青葱	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　おかゆ	ささみのくず煮 オクラの煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	ささみ オクラ(人参) 米	野菜切り(きりん)
30 水	赤魚の照り焼き 春雨サラダ みそ汁（キャベツ） 七分つき米（納豆）	赤魚の照り焼き マッシュポテト みそ汁（キャベツ） 七分つき米（納豆）	ホットケーキ 牛乳	七分つき米、〇ホットケーキ粉、〇マーガリン、〇ホットケーキシロップ、はるさめ、砂糖、ゴマ油	〇牛乳、赤魚、納豆、〇卵、米みそ（淡色辛みそ）、ロースハム、うす揚	きゃべつ、胡瓜、青葱	白身魚のくず煮 マッシュポテト みそ汁　おかゆ	白身魚のくず煮 マッシュポテト みそ汁　つぶしがゆ	鯛 じゃがいも(人参) 米	
31 木	豚肉の生姜焼き ほうれん草のしそひじき和え みそ汁（麩） 七分つき米（納豆）	豚肉の生姜焼き 青菜の煮浸し みそ汁（麩） 七分つき米（納豆）	菓子パン 牛乳	七分つき米、〇北海道ミルクパン、油、砂糖、おつゆ麩、〇麦ロール	〇牛乳、豚モモ肉、納豆、米みそ（淡色辛みそ）、うす揚	ほうれんそう（冷凍）、玉葱、人参、青葱、しょうが	豆腐のくず煮 青菜の煮浸 みそ汁　おかゆ	豆腐のくず煮 青菜の煮浸 みそ汁　つぶしがゆ	豆腐 ほうれん草(人参) 米	

☆ 材料の〇は午後おやつに使用している食材です。
☆朝おやつはベビースティックを提供します。
☆後期食の3時おやつはお茶を提供します。
☆後期食は軟飯を提供しています。
☆七分つき米は国産を使用しています。

☆初期食は、食材をかつおだしで炊いて作っています。（とろみは片栗粉使用）
☆パンがゆ・ひたしパンには、スープを使用しています。
☆初期食、中期食のスープ・みそ汁は同じものです。
☆中期食の味付けに使用している調味料（かつおだし・みそ・ブイヨン・中華味・しょうゆ・塩など）は、上記の材料名には載せていません。
☆材料名の（　）は中期食と後期食のみの提供となります。変更する場合もあります。