


令和6年度7月献立表

行田こども園
こどものみらい保育園

日	7/1(月)	7/2(火)	7/3(水)	7/4(木)	7/5(金)	7/8(月)	7/9(火)	7/10(水) あ・み お弁当	7/11(木)	7/12(金) お弁当	7/15(月)	7/16(火)	7/17(水) あ・み・ま お弁当	
献立名	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすのみそ炒め 厚揚げ玉子 ちやしのたまねぎ ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏のから揚げ 中華風焼きなす 春雨サラダ 中華スープ	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鬆チキンカレー かぼちゃの煮物 きのこの和え物 ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 夏野菜カレー 小松菜チキンソテー フルーツヨーグルト	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 夏野菜カレー 小松菜チキンソテー フルーツヨーグルト	スキムミルク お菓子 5分つきごはん カレーチキンソテー なすのトマト煮 きゅうりの和風サラダ ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん カレーチキンソテー なすのトマト煮 きゅうりの和風サラダ ずまし汁	スキムミルク あ・み お弁当 5分つきごはん ピーマンの肉詰め たまごまそ炒め なすの和風サラダ ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げ玉子 ちやしのたまねぎ ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げ玉子 ちやしのたまねぎ ずまし汁	海の日	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げ玉子 ちやしのたまねぎ ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げ玉子 ちやしのたまねぎ ずまし汁
材料名	米(半つき米) なす 油 鶏肉 玉ねぎ みりん あさつき 赤みそ・砂糖 みりん・醤油・ごま油 卵 椎茸 ピーマン 人参 本だし 醤油・砂糖・塩 ごま油 ちやし きゅうり ソーン 塩・醤油・ごま油・酢 醤油・砂糖 木綿豆腐 玉ねぎ 小松菜 わかめ 本だし 醤油 みりん ごま油・塩	米(半つき米) 鶏肉 醤油 たんにく・しょうが みりん 片栗粉 砂糖 塩 片栗粉 油 なす 人参 椎茸 玉ねぎ 白ごま・中華だし 醤油・砂糖・塩 ごま油 春雨 きゅうり ソーン 塩・醤油・ごま油・酢 醤油・砂糖 玉ねぎ 小松菜 キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩	米(半つき米) 豚肉 なす しらす 玉ねぎ いんげん 油・片栗粉 醤油 赤みそ 砂糖・しょうが 厚揚げ 人参 ピーマン 本だし 油 玉ねぎ かぼちゃ いんげん 醤油 みりん 砂糖 みりん なす きゅうり ソーン 砂糖・酢・塩 玉ねぎ キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 かぼちゃ かぼちゃ きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 白米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鶏肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	海の日	米(半つき米) 豚肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ いんげん 醤油 みりん 砂糖 みりん なす きゅうり ソーン 砂糖・酢・塩 玉ねぎ キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩	米(半つき米) 豚肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ いんげん 醤油 みりん 砂糖 みりん なす きゅうり ソーン 砂糖・酢・塩 玉ねぎ キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩	米(半つき米) 豚肉 玉ねぎ ピーマン 人参 かぼちゃ いんげん 醤油 みりん 砂糖 みりん なす きゅうり ソーン 砂糖・酢・塩 玉ねぎ キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩
おやつ	もちもちチーズパン 白玉粉 小麦粉 チーズ 油	いちご蒸しパン スキムミルク ホットケーキミックス いちごジャム	イタリアンマカロニ スキムミルク マカロニ 玉ねぎ・人参 ケチャップ・コンソメ 油	キャラットクッキー スキムミルク 人参 小麦粉 砂糖 白ごま しょうが	冷や汁 ほうじ茶 ほうじ茶 鬆チキン きゅうり みそ・砂糖 白ごま しょうが	きな粉練乳ラスク 抹茶クッキー じゃが芋 砂糖 きな粉 油 塩 醤油 白ごま しょうが	コンソメポテト 麦茶 じゃが芋 コンソメ 油 塩	ココアパンケーキ スキムミルク ホットケーキミックス ピュアココア 油	わかめおにぎり 緑茶 黄桃缶 みかん缶 砂糖 塩 白ごま しょうが	きな粉ゼリー ほうじ茶 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩	ビスケット 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩	きな粉クッキー ほうじ茶 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩	きな粉クッキー ほうじ茶 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩	
栄養価	エネルギー：547(439)kcal たんぱく質：20.7(16.6)g 脂質：9.5(15.6)g 炭水化物：14.1(2)g	エネルギー：526(422)kcal たんぱく質：21.2(17.0)g 脂質：17.0(13.5)g 炭水化物：10.0(8)g	エネルギー：492(392)kcal たんぱく質：20.8(16.5)g 脂質：16.7(13.4)g 炭水化物：12.1(10)g	エネルギー：555(442)kcal たんぱく質：18.8(14.9)g 脂質：23.0(18.2)g 炭水化物：9.9(7.9)g	エネルギー：489(391)kcal たんぱく質：18.2(14.2)g 脂質：13.7(10.9)g 炭水化物：1.9(1.5)g	エネルギー：537(427)kcal たんぱく質：17.9(14.3)g 脂質：23.0(18.2)g 炭水化物：0.9(0.7)g	エネルギー：484(384)kcal たんぱく質：17.4(13.9)g 脂質：21.3(16.9)g 炭水化物：1.2(1.1)g	エネルギー：519(413)kcal たんぱく質：18.4(14.6)g 脂質：13.6(10.9)g 炭水化物：0.7(0.7)g	エネルギー：542(434)kcal たんぱく質：17.8(14.3)g 脂質：21.9(17.2)g 炭水化物：1.3(1.3)g	エネルギー：490(390)kcal たんぱく質：20.0(15.3)g 脂質：18.9(15.9)g 炭水化物：1.4(1.3)g	エネルギー：482(386)kcal たんぱく質：20.0(15.3)g 脂質：18.9(15.9)g 炭水化物：1.4(1.3)g	海の日	エネルギー：482(386)kcal たんぱく質：20.0(15.3)g 脂質：18.9(15.9)g 炭水化物：1.4(1.3)g	エネルギー：557(446)kcal たんぱく質：19.5(15.6)g 脂質：21.3(16.9)g 炭水化物：0.8(0.7)g

日	7/18(木)	7/19(金)	7/22(月)	7/23(火)	7/24(水)	7/25(木)	7/26(金)	7/29(月)	7/30(火)	7/31(水)	
献立名	スキムミルク お菓子 かめめし 鶏肉の照り焼き ピーマンの肉詰め フロッコリーのごまサラダ 呉汁 (増玉鶏 郷土料理)	スキムミルク お菓子 5分つきごはん 鶏のから揚げ 中華風焼きなす 春雨サラダ ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁	スキムミルク お菓子 5分つきごはん なすと豚肉の甘辛炒め 厚揚げとピーマンの煮物 きゅうりの酢漬け ずまし汁
材料名	白米 ごぼう 大根 人参 椎茸 厚揚げ 本だし 砂糖・醤油 みりん 鶏肉 醤油 みりん 砂糖 片栗粉 油 ピーマン・なす 塩昆布 醤油 ごま油 フロッコリー・きゅうり ソフ・醤油・酢 ごま油 砂糖・白ごま 大豆 玉ねぎ 人参 椎茸 みそ 本だし	米(半つき米) 鶏肉 醤油 たんにく・しょうが みりん 片栗粉 砂糖 塩 片栗粉 油 なす 人参 椎茸 玉ねぎ 白ごま・中華だし 醤油・砂糖・塩 ごま油 春雨 きゅうり ソーン 塩・醤油・ごま油・酢 醤油・砂糖 玉ねぎ 小松菜 キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩	米(半つき米) 豚肉 なす しらす 玉ねぎ いんげん 油・片栗粉 醤油 赤みそ 砂糖・しょうが 厚揚げ 人参 ピーマン 本だし 油 玉ねぎ かぼちゃ いんげん 醤油 みりん 砂糖 みりん なす きゅうり ソーン 砂糖・酢・塩 玉ねぎ キャベツ 中華だし 醤油・みりん・ごま油・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩	米(半つき米) 鬆 鶏肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレー粉 ケチャップ ソース 塩 小松菜 きゅうり チーズ 油 砂糖 塩 スキムミルク ヨーグルト 砂糖 塩 パナナ 鶏胸肉 みかん缶 玉ねぎ 人参 わかめ 本だし 醤油・みりん・塩
おやつ	みそポテト ほうじ茶ミルクティー じゃが芋 塩 油 みそ・砂糖 みりん	ブルーベリー蒸しパン スキムミルク ホットケーキミックス ブルーベリージャム	お好み焼き ほうじ茶 小松菜 みそ 未か 人参 キャベツ 醤油・油・ソース	大学芋 スキムミルク 小松菜 みそ 醤油 砂糖 黒ごま・片栗粉 油	じゃがマヨネーズ お弁当 ぶどうゼリー 麦茶 さつま揚げ じゃが芋 コンソメ 油 塩 マヨネーズ 醤油	ぶどうゼリー 麦茶 さつま揚げ じゃが芋 コンソメ 油 塩 マヨネーズ 醤油	冷製スパゲティ スキムミルク コンソメ さつま揚げ きゅうり・コンソメ トマト 砂糖 醤油・酢・砂糖 塩・ごま油	ごまおにぎり ココアミルク スキムミルク 白ごま 油 塩 ホールトマト 人参 玉ねぎ コンソメ 醤油・塩	人参おにぎり ほうじ茶 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩	人参おにぎり ほうじ茶 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩	人参おにぎり ほうじ茶 麦茶 りんご クッキー 砂糖 油 塩
栄養価	エネルギー：484(396)kcal たんぱく質：24.4(19.9)g 脂質：15.1(12.0)g 炭水化物：14.1(2)g	エネルギー：506(404)kcal たんぱく質：21.0(13.7)g 脂質：13.5(10.7)g 炭水化物：10.1(10)g	エネルギー：483(385)kcal たんぱく質：21.3(17.0)g 脂質：17.4(13.7)g 炭水化物：1.4(1.1)g	エネルギー：530(418)kcal たんぱく質：19.1(15.1)g 脂質：17.8(14.3)g 炭水化物：1.4(1.1)g	エネルギー：527(421)kcal たんぱく質：21.7(17.4)g 脂質：13.0(10.9)g 炭水化物：0.1(0.1)g 炭水化物：0.0(0.0)g	エネルギー：40(32)kcal たんぱく質：1.3(0.9)g 脂質：0.1(0.1)g 炭水化物：0.0(0.0)g	エネルギー：510(403)kcal たんぱく質：21.5(17.0)g 脂質：15.2(12.1)g 炭水化物：1.3(1.2)g	エネルギー：548(434)kcal たんぱく質：17.3(13.7)g 脂質：24.5(19.5)g 炭水化物：1.2(1.1)g	エネルギー：485(385)kcal たんぱく質：20.9(16.8)g 脂質：22.1(17.8)g 炭水化物：1.8(1.5)g	エネルギー：485(385)kcal たんぱく質：20.9(16.8)g 脂質：22.1(17.8)g 炭水化物：1.8(1.5)g	エネルギー：485(385)kcal たんぱく質：20.9(16.8)g 脂質：22.1(17.8)g 炭水化物：1.8(1.5)g




7月

今月の郷土料理は 埼玉県です!

・かてめし
混ぜ合わせるという意味の「かてる」が語源です。
米の生産量が少ない地域で、ごはんの量を増やす為に
具材を加えられたことからできた料理です。

・呉汁(ごじる)
すりつぶした大豆と野菜の入った汁料理です。大豆
は、古くからよく栽培されており、身近な食品であっ
た為、日常食として各家庭で食されていました。

・みそポテト
収穫したじゃが芋のうち、小ぶりのものを佃煮裏で焼
き、みそダレを付けて食したのがはじまりだと言われ
ています。現在ではおやつやおかずとして幅広く親し
まれています。



※大人1人分の献立により、事前の連絡なく献立・材料に変更が生じる場合があります。予めご了承ください。
※今月の地元野菜は「なす」「きゅうり」「ピーマン」などになります。
※豚、豚を使用しているものは赤色で記載しています。
※米類の色は未測定の値となります。