

山手幼稚園 2025年 7月 給食便り



梅雨明けも近づき、あっという間に夏休みの時期になりました。
夏は暑さで食欲が落ちたり、生活習慣の乱れで
食事の時間や量が変化したりすることから体調を崩しがちです。

汗をかくことで失われてしまうビタミン・ミネラル類や、
体を作るもととなるたんぱく質を意識してとりつつ、
バランスのとれた食生活を目指しましょう。



<献立表>



	月	火	水	木	金
昼食		■ごはん 米 ■油揚げ とりにく しょうゆ 濃口しょうゆ さとう しお しょうが にんにく かたくり粉 キャノーラ油 ■タレ 白ねぎ 濃口しょうゆ さとう 穀物酢 しょうが にんにく 鶏がらスープ ごま油 かたくり粉 水 ■ひじきの煮物 ひじき 鶏卵とうふ にんじん きぬさや だしパック さとう 濃口しょうゆ ■ブロッコリーの漬和え ブロッコリー 黄パプリカ のり さとう 濃口しょうゆ ■かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ えのき ★ちくわ 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■とうふハンバーグ ★とうふハンバーグ ■ソース ケチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■もやしのごま和え もやし にんじん ピーマン 白ごま さとう 濃口しょうゆ ■オレンジゼリー カアデリーの素(乳が) ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ あぶらあげ カットわかめ 混合削りぶし みそ	■★プラネタリアム1班★ ■ごはん 米 ■ぶた肉とあつあげの煮物 あつあげ ぶたにく たまねぎ にんじん えだまめ キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ ■フライドポテト クリンカットポテト ■コーン ハセリ缶 キャノーラ油 ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 コーン かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■だいたいのみそ汁 だいたい ごぼう 豆腐 混合削りぶし みそ	■★プラネタリアム2班★ ■ごはん 米 ■とり肉のスティックあげ とりにく しお こしょう さとう 塩こしょう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが にんにく ■かたくり粉 大豆白粉油 ■きゅうりのちりめん和え きゅうり にんじん ■ちりめん さとう 濃口しょうゆ ■ピーチゼリー カアデリーの素(ピーチ) ■中華スープ 鶏ごつふ しめじ にら しょうが 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油
		アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	じゃがいも ミニゼリーに変更	じゃがいも 米粉パウダーに変更 甲殻類 ちりめんは入れない もも) いちごゼリーに変更
3時		■じゃがいものハムおやき ■じゃがいも ★ハムステーキ ★卵不使用マヨネーズ かたくり粉 ★フィヨン ハセリ缶	■てりやきまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 鶏むね肉 鶏ひき肉 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 かたくり粉	■粟めしおにぎり 米 粟めし ■おがす煮干し おがす煮干し	■米粉のいちごケーキ いちごジャム コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー
		じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	174kcal 蛋白質 17.9g 脂質 16.6g 加ゆ加 80mg 鉄 1.9mg 食塩 1.8g	174kcal 蛋白質 20.5g 脂質 15g 加ゆ加 103mg 鉄 2.6mg 食塩 1.9g	174kcal 蛋白質 18.8g 脂質 10.5g 加ゆ加 166mg 鉄 2.8mg 食塩 1.5g	174kcal 蛋白質 18.7g 脂質 9.4g 加ゆ加 103mg 鉄 1.5mg 食塩 1.1g	

* 献立のマークについて *

★：アレルギー対応用の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。
※その他のアレルゲンに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルゲンフリーカレールー …… 28品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウインナー …… 原材料の一部に豚肉・牛肉・大豆を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハム …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フィヨン …… 28品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルゲンが使用されていません。
- ・さつまいも、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます。

★：たまご・乳を使用していません。
・豚しょうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー

アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、甲殻類(ちりめんを含む)
バナナ、りんご、もも、魚類(サバ・サケ)
じゃがいも(一部片栗粉を含む)





	月 7	火 8	水 9	木 10	金 11
昼食	■オセチヌー* ■天の川風そぼろ丼◆ 米 ■とりそぼろ 鶏ひき肉 しょうが さとう 濃口しょうゆ みりん風 かたくり粉 コーン ■トッピング アスパラガス ■トピ(ソ) 量型にんじん にんじん さとう ★パイヨン ■ビーフの和え物 ビーフン おくら ★ハムステーキ さとう 濃口しょうゆ 穀物酢 キャノーラ油 ■真色醤油 みかん缶 かんてん さとう カブ(モリ)の素(9本) 丹かきネシロップブルーハワイ ■あつあつのみそ汁 あつあつ にんじん カットわかめ 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■ぶた肉の中巻焼め ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん たら しょうが だいきず華粒状 キャノーラ油 鶏がらスープ 濃口しょうゆ りょうり酒 こしょう かたくり粉 ■いんげんのごま和え さやいんげん 鶏がらスープ 白ごま さとう 濃口しょうゆ ■ブルーツ(バナナ) ■ジャがいも ■じゃがいものみそ汁 ■じゃがいも ★さつまあげ 豆腐 混合削りぶし みそ	■ごはん 米 ■とりの甘酢あん とりにく りょうり酒 にんじん 濃口しょうゆ ■甘酢あん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ケチャップ 鶏がらスープ かたくり粉 水 ■切干だいごんの煮物 切干だいご にんじん 海苔とうふ きぬさや だしパック さとう 濃口しょうゆ ■じゃがいものサラダ きゅうり トマト 黄パプリカ レモン果汁 さとう 濃口しょうゆ ■たまごの和え物 たまご ★ちくわ みずな 混合削りぶし みそ	■オセチヌー* ■ひき肉カレー 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいきず華粒状 キャノーラ油 ★パイヨン さとう ■丸切(ソ)カレー ■ポテトサラダ ■じゃがいも アスパラガス 赤パプリカ コーン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★パイヨン ■いちご雲吞 ストロベリー カブ(モリ)の素(いちご) かんてん さとう	■ごはん 米 ■さばのてりやき さば りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 キャノーラ油 かたくり粉 ■はるさめサラダ ■はるさめ きゅうり ★ハムステーキ 濃口しょうゆ レモン果汁 さとう ■カリフラワーのゆかり和え カリフラワー きぬさや にんじん さとう 濃口しょうゆ ゆかり ■さつまのみそ汁 さつま あぶらあげ えのき 混合削りぶし みそ
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
3時	■シュガーポテト さつまいも マーガリン さとう みりん風 しお	■にんじんドーナツ にんじん 木綿とうふ かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油	■おかひおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風 しらたま粉 ■バターコーン コーン 濃口しょうゆ ★パイヨン マーガリン かたくり粉	■米飯のブルーベリーケーキ ブルーベリージャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー	■あんまん こめ粉 さとう ペーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 こしあん
アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	
	17kcal - 439kcal 蛋白質 17.2g 脂質 8.5g 加糖量 96mg 鉄 1.7mg 食塩 1.1g	17kcal - 438kcal 蛋白質 15.7g 脂質 9.8g 加糖量 96mg 鉄 2.2mg 食塩 1g	17kcal - 516kcal 蛋白質 19.9g 脂質 9.8g 加糖量 75mg 鉄 2.1mg 食塩 1.9g	17kcal - 532kcal 蛋白質 15.1g 脂質 14.9g 加糖量 98mg 鉄 2mg 食塩 1.8g	17kcal - 536kcal 蛋白質 18.8g 脂質 20.3g 加糖量 105mg 鉄 2.4mg 食塩 1.5g

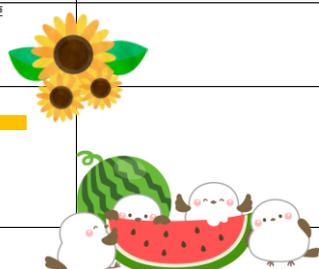


	14	15	16	17	18
昼食	■ごはん 米 ■マーボーナス豆腐 木綿とうふ なす 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいきず華粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 しお こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 香ねぎ ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 コーン かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■マスカットゼリー カブ(モリ)の素(マスカット) ■中華スープ ビーフン ★さつまあげ さやいんげん しょうが 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油	■ごはん 米 ■塩ダレチキン とりにく りょうり酒 レモン果汁 鶏がらスープ 濃口しょうゆ さとう にんにく しょうが こしょう しお キャノーラ油 ■がんもの煮物 がんもどき にんじん きぬさや だしパック さとう みりん風 ■おくら和え物 おくら たまねぎ 黄パプリカ さとう 濃口しょうゆ ■はくさいのみそ汁 はくさい ★ちくわ 豆腐 混合削りぶし みそ	■焼肉ピラフ 米 にんにく マーガリン だいきず華粒状 しお 濃口しょうゆ ★パイヨン ■パセリ缶 ■トッピング ぶたにく たまねぎ 赤パプリカ ビーフン キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 みりん風 しょうが にんにく ごま油 白ごま ■にんじんのツナ和え にんじん さつまあげ ツナ さとう 濃口しょうゆ ■ぶどうゼリー カブ(モリ)の素(ぶどう) ■せいののみそ汁 もやし えのき カットわかめ 混合削りぶし みそ	■オセチヌー* ■ごはん 米 ■白身魚のカレータツタ しお 白身魚 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ カレー粉 にんにく かたくり粉 ■粉ふきいも ■じゃがいも しお 太白粉油 ■きゅうりの和え物 きゅうり ★さつまあげ 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ ■あつあつのみそ汁 あつあつ しめじ たまねぎ 香ねぎ 混合削りぶし みそ	■オセチヌー* ■サマーナイト ■ごはん 米 ■とりのからあげ とりにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが にんにく かたくり粉 ■プロッコリーの和え物 プロッコリー にんじん さとう 濃口しょうゆ 白ごま ごま油 ■オレシゼリー カブ(モリ)の素(乳が) ■だいののみそ汁 だいご あぶらあげ みずな 混合削りぶし みそ
	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
3時	■ミルククリームパン こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー とうにゅう さとう コーンスターチ	■焼きポテト(コンソメ) ■クワックのポテト ★パイヨン パセリ缶	■焼きビーフン ちくわ ビーフン たまねぎ にんじん きぬさや しお 濃口しょうゆ キャノーラ油	■ケチャップライスおにぎり 米 濃口しょうゆ マーガリン ★パイヨン ケチャップ ■ウインナー 皮なしウインナー	■とうもろこしの抹茶の米粉ケーキ 木綿とうふ こめ粉 かたくり粉 マーガリン 抹茶缶 キャノーラ油 さとう
アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	
	17kcal - 470kcal 蛋白質 15.8g 脂質 10.3g 加糖量 112mg 鉄 2.2mg 食塩 1.7g	17kcal - 342kcal 蛋白質 15.8g 脂質 11.1g 加糖量 80mg 鉄 1.6mg 食塩 1.3g	17kcal - 417kcal 蛋白質 17.1g 脂質 11.2g 加糖量 82mg 鉄 1.9mg 食塩 1.6g	17kcal - 465kcal 蛋白質 20.4g 脂質 5.7g 加糖量 97mg 鉄 2.2mg 食塩 1.8g	17kcal - 472kcal 蛋白質 17.5g 脂質 16.3g 加糖量 100mg 鉄 1.9mg 食塩 1g





	月 21	火 22	水 23	木 24	金 25
	■ 本舞の日本 	■ (預かり保育) ■ チリコンカン風ハヤシライス 米 豚ひき肉 だいず水煮 たまねぎ にんじん だいず華粒状 トマト缶 ★中濃ソース ケチャップ さとう みりん風 キャノーラ油 マーガリン ＊米粉のハヤシルフ ＊フイヨン ■ いんげんのツナ和え さやいんげん にんじん ツナ さとう 濃口しょうゆ ■ もも饅頭 もも缶 かんてん さとう ■ 加アミの素 (ピー)	■ (預かり保育) ■ ごはん 米 ■ さげの西京焼き さげ りょうり酒 しょうが さとう 濃口しょうゆ 甘みそ ■ あつあつの煮物 あつあけ にんじん えだまめ だしパック 濃口しょうゆ さとう ■ カリフラワーのサラダ カリフラワー きゅうり コーヤ さとう 濃口しょうゆ ■ 豆まじし おくら ＊さつまあげ しめじ 混合削りぶし しお 濃口しょうゆ	■ (預かり保育) ■ ごはん 米 ■ 豆腐チャンプルー 揚げ豆腐 ぶたにく しょうが たまねぎ にんじん ビーマン キャノーラ油 しお こしょう さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ みりん風 ごま油 ■ きゃべつのおかか和え きゃべつ 赤ハフリカ コーヤ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■ いちごゼリー 加アミの素 (いちご) ■ じゃがいものみそ汁 ■ じゃがいも もやし 豆腐 混合削りぶし みぞ	■ (預かり保育) ■ ごはん 米 ■ とり肉のごま焼き とりにく しょうが にんにく さとう 濃口しょうゆ のまゆり酒 白ごま キャノーラ油 ■ だいにんの煮物 だいにん にんじん ＊さつまあげ きぬさや だしパック さとう ■ にまつなの和え物 にまつな ヒーブン コーン さとう 濃口しょうゆ ■ たまねぎのみそ汁 たまねぎ あぶらあげ みずな 混合削りぶし みぞ
アレルギー対応		もも) ぶどうゼリーに変更	魚類) とり肉に変更	じゃがいも) じゃがいもは入れない	アレルギー対応はありません。
3時		■ きなご豆腐もち とうにゅう かたくり粉 さとう きな粉	■ 米粉のかぼちゃケーキ かぼちゃ こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベニキングパウダー	■ ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■ ちくわのきんぴら ＊ちくわ 濃口しょうゆ さとう みりん風 ごま油	■ シュガードーナツ 木綿豆腐 かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油 砂糖
アレルギー対応		アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	17kcal - 478kcal 蛋白質 17.5g 脂質 14.2g 加ゆみ 103mg 鉄 2.5mg 食塩 1.6g	17kcal - 478kcal 蛋白質 17.5g 脂質 14.2g 加ゆみ 103mg 鉄 2.5mg 食塩 1.6g	17kcal - 449kcal 蛋白質 19.7g 脂質 10.5g 加ゆみ 126mg 鉄 1.8mg 食塩 1.2g	17kcal - 502kcal 蛋白質 16.1g 脂質 8.1g 加ゆみ 77mg 鉄 2mg 食塩 1.4g	17kcal - 483kcal 蛋白質 18.3g 脂質 15.3g 加ゆみ 125mg 鉄 2.5mg 食塩 1.2g

	28	29	30	31	
昼食	■ (預かり保育) ■ ごはん 米 ■ ミートローフ 豚ひき肉 鶏ひき肉 たまねぎ ミックスベジタブル だいず華粒状 ＊フイヨン ケチャップ ★中濃ソース さとう キャノーラ油 しお こしょう ■ ソース ケチャップ ＊中濃ソース さとう かたくり粉 ■ スパゲティサラダ ＊ライスバスタ にんじん アスパラガス マーガリン ＊卵不使用マヨネーズ さとう ＊フイヨン ■ ブロッコリーのサラダ ブロッコリー ＊ハムステーキ コーン さとう 濃口しょうゆ ■ はくさいのみそ汁 はくさい ごぼう 豆腐 混合削りぶし みぞ	■ (預かり保育) ■ ごはん 米 ■ とり肉のてりやき とりにく りょうり酒 しょうが にんじん 濃口しょうゆ みりん風 かたくり粉 ■ こうゆ豆腐の煮物 高野とうふ たまねぎ にんじん だしパック さとう 濃口しょうゆ グリーンピース ■ もやしナムル もやし きぬさや 赤ハフリカ さとう 濃口しょうゆ 白ごま ごま油 ■ かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ えのき ＊さつまあげ 混合削りぶし みぞ	■ (預かり保育) ■ ごはん 米 ■ ぶた肉の甘辛炒め ぶたにく たまねぎ きゃべつ にんじん ビーマン キャノーラ油 だしパック さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 ■ おくらの土佐酢和え おくら にんじん カットわかめ さとう ＊和風だし顆粒 穀物酢 濃口しょうゆ ■ おおろんにゼリー ■ かぼちゃのみそ汁 (毎りんご) ■ とうろのみそ汁 木綿豆腐 ＊ちくわ みずな 混合削りぶし みぞ	■ (預かり保育) ■ ツナチャーハン 米 にんじん さやいんげん ツナ だいず華粒状 鶏がらスープ 濃口しょうゆ キャノーラ油 しお こしょう ■ じゃがバターコン◆ ■ じゃがいも コーン ＊フイヨン 濃口しょうゆ マーガリン ハセリ缶 ■ きゅうりのサラダ きゅうり ■ はるさめ 赤ハフリカ 濃口しょうゆ レモン果汁 さとう ■ オニオンスープ たまねぎ マーガリン にんじん しめじ きぬさや ＊フイヨン さとう 濃口しょうゆ ラード	
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	りんご) いちごゼリーに変更	じゃがいも) ミニゼリーに変更 じゃがいも) ヒーブンに変更	
3時	■ 米粉のパナケーキ パナ こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう キャノーラ油 ベニキングパウダー	■ 豆乳プリン とうにゅう さとう アガー さとう 水	■ やきおにぎり 米 濃口しょうゆ みりん風 ■ おしゅぶりこんぶ おしゅぶり昆布	■ 大豆の甘辛あげ だいず水煮 ■ かたくり粉 濃口しょうゆ みりん風 さとう キャノーラ油 あおき	
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	じゃがいも) おにぎりに変更	
	17kcal - 485kcal 蛋白質 18.8g 脂質 10.8g 加ゆみ 104mg 鉄 2mg 食塩 1.9g	17kcal - 412kcal 蛋白質 18.7g 脂質 11.9g 加ゆみ 87mg 鉄 2.1mg 食塩 1.3g	17kcal - 492kcal 蛋白質 16.8g 脂質 8.4g 加ゆみ 86mg 鉄 2mg 食塩 1.3g	17kcal - 381kcal 蛋白質 15.2g 脂質 8.1g 加ゆみ 91mg 鉄 1.8mg 食塩 1.3g	

