

令和 7 年



7月 給食献立表

株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 鯉の塩焼き キャベツとコーンの和え物 のっぺい汁 バナナ	お茶 チーズ蒸しケーキ	牛乳・さけ・ロースハム・ 油揚げ・クリームチーズ・ 鶏卵	米・砂糖・油・さといも・ ホットケーキミックス	キャベツ・きゅうり・コーン・ にんじん・だいこん・バナナ
2	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ロールパン 豆腐とひじきのハンバーグ ブロッコリーと竹輪のサラダ コンソメスープ	お茶 ピラフおにぎり	牛乳・ふたひき肉・豆腐・ 鶏卵・ちくわ・ウインナー ソーセージ	ロールパン・油・パン粉・片 栗粉・マヨドレ・米	乾ひじき・たまねぎ・ゆでブ ロッコリー・にんじん・きゅう り・チンゲンサイ・黄パプリ カ・にんじん
3	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	ご飯 豚肉のしょうが焼き 春雨サラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 きなこマカロニ	牛乳・ふた肉・かにかまぼ こ・きな粉	米・油・はるさめ・砂糖・ご ま油・マカロニ・スパゲティ	たまねぎ・にんじん・青ピーマ ン・しょうが・りょくとうもや し・きゅうり・くりかぼちゃ・ カットわかめ
4	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ふりかけごはん ミートローフ マカロニサラダ コンソメスープ ヤクルト	お茶 ケーキ	牛乳・牛ひき肉・ふたひき 肉・鶏卵・ロースハム・ヤ クルト・生クリーム	米・パン粉・油・マカロニ・ スパゲティ・マヨドレ・スポ ンジケーキ・砂糖	たまねぎ・にんじん・トマトケ チャップ・きゅうり・にんじ ん・くりかぼちゃ・セロリー・ みかん缶詰
5	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	豚肉チャーハン ほうれん草のごま和え すまし汁	牛乳 ウエハース	牛乳・ふた肉	米・油・砂糖・ごま・鉄+コ ラーゲンウエハース(ココア)	にんじん・長ねぎ・青ピーマ ン・冷凍ほうれんそう・乾わか め・だいこん・生しいたけ
7	月	りんごジュース (延長) お茶 せんべい	ちらし寿司 さわらの磯辺焼き チーズサラダ 麩のすまし汁	お茶 フルーツポンチ	しらす干し・プロセスチー ズ・桜でんぶ・さくら・錦 糸卵	米・砂糖・油・ごま油・いり ごま・麩	にんじん・乾しいたけ・オク ラ・青のり・もやし・きゅう り・ほうれんそう・たまねぎ・ にんじん・みかん缶詰・すい か・バナナ・レモン・りんご ジュース
8	火	牛乳 (延長) お茶 サブレ	麦ご飯 干草焼き ブロッコリーのサラダ なめこの味噌汁	牛乳 サンドクラッカー	牛乳・鶏卵・鶏ひき肉・ ロースハム・絹ごし豆腐・ 麦みそ	米・押麦・砂糖・油・マヨド レ・リッツ	乾しいたけ・にんじん・ほうれ んそう・ゆでブロッコリー・ コーン・たまねぎ・なめこ・い ちごジャム
9	水	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	カレーうどん 切干大根の胡麻和え カップヨーグルト	牛乳 フレンチトースト	牛乳・ふたもも(皮脂無)・ 板かまぼこ・油揚げ・ヨー グルト・鶏卵	ゆでうどん・片栗粉・ごま・ 砂糖・食パン	ねぎ・にんじん・ほうれんそ う・切干しだいこん・きゅうり
10	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	ご飯 ホイコーロー マカロニサラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・ふた肉・赤色辛み そ・ベーコン・きな粉	米・ごま油・片栗粉・マカロ ニ・スパゲティ・マヨドレ・ 砂糖	キャベツ・たまねぎ・乾しいた け・にんじん・きゅうり・コー ン・くりかぼちゃ・しめじ・バ ナナ
11	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	黒糖ロール 鯉のムニエル ひじきサラダ 豆乳スープ	お茶 しらすおにぎり	牛乳・さけ・ツナ缶・ペー コン・豆乳・削り節・しら す	黒糖パン・米	乾ひじき・きゅうり・にんじ ん・ほうれんそう・にんじん・ たまねぎ
12	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	豆腐そぼろ丼 きゅうりとわかめの酢の物 チンゲン菜スープ	牛乳 ビスケット	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・油 揚げ	米・油・砂糖・ビスケット	乾しいたけ・たまねぎ・にんじ ん・きゅうり・カットわかめ・ チンゲンサイ・もやし
14	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 肉じゃが アスパラとわかめのマリネ すまし汁	牛乳 ツナサンド	牛乳・ふた肉・ツナ缶	米・じゃがいも・しらたき・ 油・砂糖・食パン・有塩マー ガリン・マヨドレ	にんじん・たまねぎ・グリーン ピース・アスパラガス・きゅう り・コーン・えのきたけ・キャ ベツ
15	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 さばの塩焼き 卵の花炒り 味噌汁 オレンジ	牛乳 麩のラスク	牛乳・さば・鶏ひき肉・粉 おから・油揚げ・麦みそ	米・油・砂糖・釜焼きふ・有 塩バター・グラニュー糖	にんじん・乾しいたけ・ほうれ んそう・なす・たまねぎ・しめ じ・オレンジ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1,2歳	459	18.2	16.5	228	1.6	193	0.25	0.36	19	3.7	1.5
3歳以上	506	20.7	17.1	190	2	212	0.3	0.35	23	4.6	1.7

令和 7 年



7月 給食献立表

株式会社りぼん

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
16	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ロールパン 鶏肉のオーロラソース焼き 千切りサラダ ミルクスープ	お茶 やみつきおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・ ベーコン	ロールパン・薄力粉・油・マ ヨドレ・砂糖・じゃがいも・ 米・てんかす	トマトケチャップ・だいこん・ きゅうり・にんじん・たまね ぎ・キャベツ・青のり
17	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	ミートスパゲティ フロッキーと人参のサラダ コーンスープ	お茶 プリン	牛乳・牛ひき肉・ふたひき 肉・まぐろ水煮缶詰・豆乳	マカロニ・スパゲティ・油・ 砂糖・プリン・ホイップク リーム	たまねぎ・にんじん・グリーン ピース・ホールトマト・トマト ケチャップ・ゆでフロッキ ー・にんじん・きゅうり・ コーン缶詰クリーム・コーン・ みかん缶詰
18	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ご飯 魚の天ぷらかぼすソース ピーンスサラダ かしわ汁	牛乳 芋まんじゅう	牛乳・まがれい・鶏卵・大 豆水煮缶詰・若鶏むね(皮 なし)・豆腐	米・薄力粉・油・砂糖・さつ まいも・ホットケーキミックス	かぼす果汁・キャベツ・にんじ ん・乾しいたけ・青ねぎ
19	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	ハヤシライス キャベツとコーンのサラダ ゼリー	牛乳 サブレ	牛乳・ふた肉	米・じゃがいも・油・マヨド レ・ゼリー・サブレ	たまねぎ・にんじん・キャベ ツ・アスパラガス・コーン
22	火	牛乳 (延長) お茶 せんべい	ご飯 赤魚のから揚げ もやしの中華サラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 クッキー	牛乳・赤魚・生揚げ・麦み そ・豆乳・錦糸卵	米・片栗粉・油・砂糖・ごま 油・いりごま・じゃがいも・ 無塩バター・薄力粉	りよくとうもやし・にんじん・ きゅうり・たまねぎ・青ねぎ
23	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	塩焼きそば もやしのコマ昆布和え 豆腐の味噌汁	お茶 フルーツヨーグルト	牛乳・ふた肉・豆腐・麦み そ・プレーンヨーグルト	中華めん・ごま油・ごま・砂 糖	キャベツ・にんじん・青ねぎ・ 青のり・もやし・チンゲンサイ ・塩昆布・たまねぎ・もす く・みかん缶詰・パインアップ ル缶詰・桃缶
24	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	わかめご飯 鶏のごま照り焼き ポテトサラダ 豆腐の味噌汁	お茶 パインとみかんのゼリー	牛乳・若鶏もも・ロースハ ム・豆腐・麦みそ	米・いりごま・砂糖・油・ じゃがいも・マヨドレ	炊き込みわかめ・きゅうり・に んじん・ごまつな・えのきた け・みかん缶詰・パインアップ ル缶詰
25	金	牛乳 (延長) お茶 ビスケット	ロールパン 鶏もも塩焼き チーズサラダ ほうれん草スープ メロン	お茶 鮭おにぎり	牛乳・鶏もも・チーズ・ウ インナーソーセージ・鮭	ロールパン・油・砂糖・米	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・ほうれんそう・たまねぎ・ メロン
26	土	牛乳 (延長) お茶 クッキー	和風スパゲティ のり塩ポテト わかめスープ	牛乳 せんべい	牛乳・若鶏むね(皮なし)	マカロニ・スパゲティ・油・ じゃがいも・揚げせんべい	たまねぎ・しめじ・ほうれんそ う・にんにく・あおのり・カッ トわかめ
28	月	牛乳 (延長) お茶 せんべい	夏野菜カレー コーンサラダ 桃缶	牛乳 塩マヨポテト	牛乳・ふたひき肉・牛ひき 肉・ちくわ	米・油・砂糖・じゃがいも・ 片栗粉・マヨドレ	なす・青ピーマン・たまねぎ・ くりかぼちゃ・キャベツ・冷凍 コーン・きゅうり・桃缶
29	火	牛乳 (延長) お茶 クラッカー	ご飯 さわらのあかね焼き 切り干し大根の煮物 里手の味噌汁	お茶 蒸しパン	牛乳・さわら・油揚げ・麦 みそ	米・砂糖・冷凍さといも・蒸 しパンミックス・甘納豆(あ ずき)	トマトケチャップ・切干しだい こん・にんじん・たまねぎ・生 しいたけ・青ねぎ
30	水	牛乳 (延長) お茶 サブレ	ご飯 鶏肉のピカタ にんじんサラダ なすの味噌汁	お茶 みかんフルーチェ	牛乳・鶏もも(皮なし)・鶏 卵・ツナ缶・麦みそ	米・薄力粉・油・砂糖・フ ルーチェ	トマトケチャップ・にんじん・ きゅうり・なす・ごまつな・た まねぎ・みかん缶詰
31	木	牛乳 (延長) お茶 ハイ菓子	野菜ラーメン かぼちゃのサラダ バナナ	牛乳 マドレーヌ	牛乳・ふたもも(皮脂無)・ ロースハム・鶏卵	中華めん・ごま油・マヨネー ズ・ホットケーキミックス・ 無塩バター・砂糖	たまねぎ・にんじん・りよくと うもやし・コーン・にら・くり かぼちゃ・レーズン・きゅう り・バナナ