

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 鮭の塩焼き 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 フ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・ぶたひき肉・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・ゆでフロッコリー・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 パイ菓子	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・ぶた肉・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・りよくとうもやし・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・ぶたひき肉・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・ぶた肉	米・油・砂糖・ごま・鉄+コーラゲンウエハース(ココア)	にんじん・長ねぎ・青ピーマン・冷凍ほうれん草・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・さわら・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・ほうれん草・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 フ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・ほうれん草・ゆでフロッコリー・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・ぶたもも(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・ほうれん草・切干しだいこん・きゅうり
10	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	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・ぶた肉・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 鮭のムニエル 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・ベーコン・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・ほうれん草・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・ぶた肉・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・ほうれん草・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B1 (mg)	ビタミンB2 (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 パイ菓子	ミートスパゲティ ブロッコリーと人参のサラダ 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・ゆでブロッコ リー・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 ビーンズサラダ 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	りよくとうもろやし・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 もやしのゴマ昆布和え 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・もず 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 パイ菓子	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・こまつな・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・切干しい 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・こまつな・た まねぎ・みかん缶詰
31	木	牛乳 (延長) お茶 パイ菓子	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