

増美保育園川越 2026年

名阪食品

日 付	曜 日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			調味料	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの		
1	水	10時	大根煮		大根		天然だし	
		昼食	炒り豆腐 春雨マヨサラダ 味噌汁 ご飯	豆腐・鶏肉 味噌 味噌	人参・白葱・干し椎茸・いんげん わかめ・コーン・胡瓜 いんげん・大根	サラダ油・砂糖・胡麻油 春雨・マヨドレ 米	天然だし・水・醤油・みりん・料理酒 水・天然だし	
			3時	きな粉スナッ麩 牛乳	きな粉 牛乳		焼麩・サラダ油・砂糖	塩
			2	木	10時	蒸しじゃが芋		
昼食	焼肉丼 青菜と海苔のサラダ 中華スープ	豚肉 油揚げ			人参・きゃべつ・青梗菜・にんにく・生姜 ほうれん草・もやし・焼のり 大根の葉・玉葱	サラダ油・砂糖・米 砂糖・サラダ油 胡麻油	醤油・塩・料理酒 醤油・酢 水・鶏がらスープ・醤油・塩	
	3時	味噌おにぎり 麦茶			味噌		米・砂糖	醤油・みりん 麦茶・水
	3	金			10時	にんじん煮		人参
昼食			鶏と厚揚げの煮物 ひじき煮 味噌汁 ご飯	鶏肉・厚揚げ 油揚げ 味噌	小松菜・大根 ひじき・人参・グリーンピース 青葱	サラダ油・砂糖 サラダ油・砂糖 じゃが芋 米	天然だし・醤油・みりん 醤油・天然だし 水・天然だし	
			3時	シュガートースト 牛乳			食パン・マーガリン・グラニュー糖	
			6	月	10時	野菜せんべい		
昼食	鶏の南部焼き ＊小松菜のお浸し ポテトサラダ 味噌汁 ご飯	鶏肉 油揚げ・味噌			小松菜 枝豆・人参 なす	サラダ油・胡麻 じゃが芋・マヨドレ 米	みりん・醤油・料理酒 醤油・和風だし 塩 水・天然だし	
	3時	コーンケーキ 牛乳			玉子・牛乳 牛乳	コーン	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー
	7	火			10時	蒸しじゃが芋		
昼食			七タハヤシライス わかめサラダ 星のゼリー	豚肉 玉子	玉葱・オクラ・人参 わかめ・胡瓜・もやし	サラダ油・米 砂糖・胡麻油・胡麻 ゼリーの素・杏仁豆腐	塩・乳対応ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・水 醤油・酢・塩 水	
			3時	星のクッキー 牛乳		人参	小麦粉・砂糖・マーガリン	ベーキングパウダー・バニラエッセンス
			8	水	10時	大根煮		大根
昼食	冷しうどん ほうれん草サラダ バナナ	鶏肉 ツナ			わかめ・もやし・コーン・焼のり ほうれん草・人参 バナナ	うどん・胡麻油・天かす サラダ油・砂糖	めんつゆ・水 酢・塩	
	3時	菜めしおにぎり 麦茶				菜めしご飯の素	米	麦茶・水
	9	木			10時	にんじん煮		人参
昼食			豚肉と野菜の塩煮込み 豆サラダ 味噌汁 ご飯	豚肉 大豆 味噌	人参・大根・玉葱・生姜 コーン・ブロッコリー 白菜	胡麻油 マヨドレ 焼麩 米	塩・鶏がらスープ・水 水・天然だし	
			3時	味噌蒸しパン 麦茶	豆乳・味噌		小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー 麦茶・水
			10	金	10時	蒸しさつま芋		
昼食	マーボー豆腐丼 ひじきサラダ 春雨スープ	豆腐・豚肉・味噌			白葱・にんにく・生姜・枝豆 ひじき・コーン・きゃべつ・人参 もやし	米・サラダ油・胡麻油・砂糖・片栗粉 サラダ油・砂糖 春雨・胡麻油	醤油・水 酢・塩 水・鶏がらスープ・醤油・塩	
	3時	チーズチヂミ 麦茶			チーズ・玉子	玉葱・もやし	小麦粉・片栗粉・胡麻油・砂糖	鶏がらスープ・水・酢・醤油 麦茶・水
	13	月			10時	野菜せんべい		
昼食			ほうれん草の玉子焼き 南瓜サラダ 味噌汁 菜めしご飯	玉子・豚肉 味噌	ほうれん草・玉葱 南瓜・人参・コーン・グリーンピース 水菜 菜めしご飯の素	サラダ油・砂糖 マヨドレ さつま芋 米	料理酒・醤油 塩 水・天然だし	
			3時	プリン 牛乳	プリンの素・牛乳 牛乳		砂糖	水
			14	火	10時	にんじん煮		人参
昼食	豚味噌丼 春雨中華サラダ 中華スープ	豚肉・味噌 豆腐			青梗菜・玉葱・人参 もやし・人参 わかめ	サラダ油・砂糖・米 春雨・砂糖・胡麻油	醤油 醤油・酢 水・鶏がらスープ・塩・醤油	
	3時	ごま蒸しパン 牛乳			牛乳 牛乳		小麦粉・砂糖・胡麻	ベーキングパウダー
	15	水			10時	蒸しかぼちゃ		南瓜
昼食			チャプチェ 切干大根と野菜の和え物 味噌汁 ご飯	豚肉 味噌	玉葱・人参・ピーマン・にんにく 切干大根・人参・もやし えのき茸	春雨・サラダ油・砂糖・胡麻・胡麻油 胡麻・胡麻油・砂糖 じゃが芋 米	水・醤油 醤油・酢 水・天然だし	
			3時	焼きとうもろこしおにぎり 麦茶		コーン	米	醤油 麦茶・水

7月の献立表

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
16	木	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	鶏のコーンフレーク焼き ＊ほうれん草のソテー マカロニサラダ コンソメスープ ロールパン	鶏肉 ツナ 	生姜・にんにく ほうれん草・コーン 人参・枝豆 ぶなしめじ・玉葱	マヨドレ・コーンフレーク サラダ油 マカロニ・マヨドレ ロールパン	塩・料理酒 コンソメ・塩 塩・コンソメ コンソメ・塩・水 
		3時	マーマレードケーキ 牛乳	牛乳 牛乳		小麦粉・砂糖・サラダ油・マーマレードジャム	ベーキングパウダー
17	金	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	ジャージャーうどん コールスローサラダ バナナ	豚肉・味噌	玉葱・人参・いんげん・椎茸・にんにく・生姜 きゃべつ・コーン バナナ	うどん・サラダ油・砂糖・片栗粉・胡麻油 マヨドレ・砂糖	醤油・みりん・天然だし・水 酢・塩
		3時	ひじきおにぎり 麦茶		ひじき・人参	米	醤油・みりん・塩・和風だし 麦茶・水
21	火	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	ボークカレーライス 高野豆腐のサラダ マスカットゼリー	豚肉 高野豆腐	玉葱・人参・生姜・にんにく もやし・人参・水菜	じゃが芋・サラダ油・米 胡麻油・砂糖 マスカットゼリーの素	カレー粉・丸対応カレーフレーク・ケチャップ・ウスターソース・水 醤油・酢 水
		3時	芋もち 牛乳	牛乳 牛乳		じゃが芋・片栗粉・サラダ油	醤油
22	水	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	豚肉のたれ炒め 大根のうま塩和え 味噌汁 ご飯	豚肉 味噌	きゃべつ・玉葱・コーン・ピーマン・生姜・にんにく 大根・胡瓜 なす 	サラダ油 胡麻油 里芋 米	みりん・醤油 塩・鶏がらスープ 水・天然だし
		3時	南瓜スコーン 麦茶	牛乳	南瓜	小麦粉・砂糖・サラダ油	ベーキングパウダー・塩・バニラエッセンス 麦茶・水
23	木	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	五目うま煮 青梗菜の中華和え 味噌汁 ご飯	鶏肉・高野豆腐 味噌	白菜・人参・干し椎茸 青梗菜・赤ピーマン・わかめ 玉葱・ぶなしめじ	サラダ油・砂糖 砂糖・胡麻油 米	醤油・塩・天然だし 酢・醤油 水・天然だし
		3時	ごまビスケット 麦茶			小麦粉・砂糖・サラダ油・胡麻	塩 麦茶・水
24	金	10時	蒸しじゃが芋			じゃが芋	
		昼食	冷し中華 茄子とピーマンの味噌炒め ぶどうゼリー	鶏肉・玉子 豚肉・味噌	わかめ・胡瓜・もやし 茄子・ピーマン	中華麺・胡麻油 サラダ油・砂糖 ぶどうゼリーの素	冷し中華スープ・水 みりん 水
		3時	焼きびん 麦茶	チーズ	青のり粉	米・小麦粉	醤油 麦茶・水
27	月	10時	野菜せんべい				赤ちゃんせんべい
		昼食	ホキのみりん焼き ＊青のり粉ふき芋 オクラのおかか和え 味噌汁 ご飯	ほき かつお節 味噌	青のり粉 オクラ・人参・えのき茸 青葱	砂糖・胡麻 じゃが芋 里芋 米	醤油・みりん・料理酒 塩 醤油 水・天然だし 
		3時	のり塩うなぎ 麦茶		青のり粉	焼酎・サラダ油	塩 麦茶・水
28	火	10時	蒸しかぼちゃ		南瓜		
		昼食	鶏と野菜の和風炒め ブロッコリーとコーンサラダ 味噌汁 ご飯	鶏肉・かつお節 油揚げ・味噌	きゃべつ・人参・玉葱 コーン・ブロッコリー・人参 わかめ	サラダ油 サラダ油・砂糖 米	醤油・みりん 酢・塩 水・天然だし
		3時	レモンケーキ 牛乳	玉子・牛乳 牛乳	レモン	ホットケーキミックス・マーガリン・砂糖 ・シュガーパウダー	
29	水	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	スパニッシュオムレツ キャベツのごま和え ジュリエンスープ ロールパン	玉子・豚肉・牛乳	ブロッコリー きゃべつ・人参 玉葱・人参	じゃが芋・マーガリン 胡麻・砂糖 ロールパン	塩・ケチャップ 醤油 コンソメ・塩・水
		3時	たぬきおにぎり 麦茶			米・天かす	めんつゆ 麦茶・水
30	木	10時	にんじん煮		人参	砂糖	
		昼食	鶏の照り焼き ＊青梗菜のソテー 花野菜の葱塩サラダ 味噌汁 ご飯	鶏肉 豆腐・味噌	青梗菜・コーン ブロッコリー・カリフラワー・長葱・生姜 えのき茸	砂糖・サラダ油 サラダ油 胡麻油 米	醤油・みりん 塩・コンソメ 塩 水・天然だし
		3時	シュガーパイ 牛乳	牛乳		ハイシート・グラニュー糖	
31	金	10時	大根煮		大根		天然だし
		昼食	夏野菜ハヤシライス さつま芋のサラダ すいか	豚肉	玉葱・ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン ・人参・水煮トマト 枝豆・玉葱 すいか	サラダ油・米 さつま芋・サラダ油・砂糖	塩・丸対応ハヤシフレーク・ウスターソース・ケチャップ・コンソメ・水 酢・塩
		3時	バニラババロア 牛乳	牛乳 牛乳		ババロアの素	水

※都合より献立が変更になる場合がありますのでご了承ください
※27品目アレルギー不使用の食材には 丸対応 と表記しています



献立種類	栄養素	目標栄養価	平均栄養価
1～2歳児	エネルギー	460kcal	457kcal
	たんぱく質	15g	16.5g
	食塩	1.8g	1.7g
3～5歳児	エネルギー	540kcal	538kcal
	たんぱく質	17g	19.4g
	食塩	2g	2g

※目標栄養価は昼食とおやつの合算したものととなります