

2025年

7月昼食献立表

2025年6月27日
認定こども園
千里山グレース幼稚園

日付	献立	材 料	日付	献立	材 料
1 (火)	ビーフカレー	精白米、にんじん、じゃがいも、なたね油、牛肉、たまねぎ、にんにく、しょうが、カレールウ、福神漬、オイスターソース、並塩、カレー粉、りんごレタス、きゅうり、ホースラディッシュ、並塩、ごまドレッシング、プロセスチーズ いちごゼリー	9 (水)	あなごのかば焼き丼	精白米、焼きあなご、薄口しょうゆ、清酒、きび砂糖、本みりん、焼きのり、鶏卵、絹さやごまつな、にんじん、えのきだけ、きび砂糖、薄口しょうゆ、ノンエッグマヨネーズ シークワーサーゼリー
	グリーンサラダ			小松菜とえのきの和え物	
りす組おやつ	いちごゼリー		りす組おやつ	シークワーサーゼリー	
2 (水)	お茶	ホットケーキミックス、牛乳	10 (木)	お茶	食パン、いちごジャム
	ホットケーキ			いちごジャムサンド	
りす組おやつ	三色丼	精白米、鶏肉、本みりん、きび砂糖、濃口しょうゆ、にんじん、鶏卵、ほうれんそう、薄口しょうゆ、大豆水煮缶詰 きゅうり、カットわかめ、しらす干し、きび砂糖、薄口しょうゆ、米酢 油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、キャベツ、えのきだけ ハスカップゼリー	11 (金)	わかめごはん	精白米、ふりかけ 鶏肉、サフラワー油、から揚げ粉 じゃがいも、にんじん、きゅうり、並塩、まぐろ水煮缶詰、マヨネーズタイプドレッシング、コーン缶詰粒、蒸し大豆 キャベツ、パセリ、セロリー、豚肉、パイオン、にんじん
	きゅうりの酢の物			鶏のからあげ	
りす組おやつ	キャベツみそ汁		りす組おやつ	ポテトサラダ	
3 (木)	ハスカップゼリー	塩分 1.8g	りす組おやつ	ジュリアンスープ	
	お茶	塩分 2.0g	りす組おやつ	誕生会おやつ	
りす組おやつ	クリームコンフェ	クリームコンフェ	りす組おやつ	お茶	クレープ
	五目味噌ラーメン	中華めん、焼き豚、鶏卵、コーン缶詰粒、りょくとうもやし、にんじん、青ねぎ、鶏がらだし、だし入りみそ、カットわかめ 餃子、サフラワー油 白バラヨーグルト	12 (土)	全粒入り白パン	全粒入り白パン マカロニ、たまねぎ、にんじん、パセリ、コーン缶詰粒、鶏肉、普通牛乳、ホワイトソース、ゴーダチーズ ブロッコリー、並塩 たまねぎ、にんじん、パセリ、豚肉、パイオン
りす組おやつ	焼き餃子	りす組おやつ		マカロニグラタン	
4 (金)	白バラヨーグルト	塩分 2.4g	りす組おやつ	ブロッコリー塩ゆで	
	お茶	わかめおにぎり	りす組おやつ	コンソメスープ	
りす組おやつ	ごはん	精白米	りす組おやつ	果物	
	チキンカツ	チキンカツ、サフラワー油、トマトケチャップ、ウスターソース きゅうり、並塩、マカロニ、にんじん、ブロッコリー ノンエッグマヨネーズ、プロセスチーズ ソフト豆腐、えのきだけ、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩	14 (月)	醤油ラーメン	中華めん、焼き豚、りょくとうもやし、にんじん、青ねぎ、醤油ラーメンスープ 無添加ポーク焼売 ぶどうゼリー
りす組おやつ	豆腐すまし汁	りす組おやつ		ポーク焼売	
5 (土)	果物	塩分 1.4g	りす組おやつ	ぶどうゼリー	
	お茶	炭酸せんべい、ゼリー	りす組おやつ	牛乳	
りす組おやつ	豆腐すまし汁	炭酸せんべい、ゼリー	りす組おやつ	豆腐焼きドーナツ	豆腐焼きドーナツ
	さくらんぼゼリー	豚肉、精白米、たまねぎ、サフラワー油、にんじん、きび砂糖、本みりん、濃口しょうゆ、しょうが、焼きのり ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、さば節、えのきだけ さくらんぼゼリー	15 (火)	中華冷麺	中華めん、にんじん、ローズハム、鶏卵、きゅうり、カットわかめ、きび砂糖、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、鶏がらだし、米酢、ごま油、もやし、トマト ずいか型かまぼこ 茹でとうもろこし ソーダフロートゼリー
りす組おやつ	豆腐みそ汁	りす組おやつ		ずいか型かまぼこ	
7 (月)	さくらんぼゼリー	塩分 1.2g	りす組おやつ	茹でとうもろこし	
	牛乳	クラッカー	りす組おやつ	ソーダフロートゼリー	
りす組おやつ	鮭ちらし寿司	精白米、米酢、砂糖、並塩、新巻さけ、にんじん、れんこん、米酢、砂糖、さやえんどう、焼きのり、コーン缶詰粒 蒸しかまぼこ そうめん、にんじん、青ねぎ、並塩、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、ふなしめじ セタゼリー	16 (水)	ドライカレー	ご飯、カレー粉、パセリ、鶏卵、豚肉、蒸し大豆、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、レーズン、しょうが、サフラワー油、カレールウ、オイスターソース、りんごレタス、きゅうり、並塩、ノンエッグマヨネーズ、鶏肉、薄口しょうゆ、いりごま みかん缶詰、パイナップル缶詰、白桃缶、黄桃缶、レモンゼリー、サイダー
	りす組おやつ	朝顔かまぼこ		りす組おやつ	
りす組おやつ	そうめんすまし汁		りす組おやつ	フルーツポンチ	
	セタゼリー		りす組おやつ	お茶	マカロニきな粉
りす組おやつ	バナナスティックケーキ	バナナスティックケーキ	りす組おやつ	マカロニきな粉	マカロニ、きな粉、きび砂糖、並塩
	ミートスパゲッティー	スパゲティ、並塩、パルメザンチーズ、パセリ、合挽きミンチ、蒸し大豆、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ホールトマト、トマトケチャップ、ウスターソース、パイオン、薄口しょうゆ、薄力粉、サフラワー油 レタス、きゅうり、並塩、ごまドレッシング、しらす干し、にんじん	16 (水)	ごはん	精白米 海苔のふりかけ ミンチカツ、トマトケチャップ、ウスターソース、サフラワー油 ブロッコリー、並塩 釜焼さば、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、さば節、まこんぶ、並塩、カットわかめ お茶プリン
りす組おやつ	雑魚入りサラダ	りす組おやつ		海苔のふりかけ	
りす組おやつ	果物	塩分 1.8g	りす組おやつ	野菜入り国産豚肉ミンチカツ	
	お茶	五穀ひじきおにぎり	りす組おやつ	ブロッコリー塩ゆで	
りす組おやつ	お茶	精白米、五穀ひじきごはんのもと	りす組おやつ	鮎のすまし汁	
	五穀ひじきおにぎり	精白米、五穀ひじきごはんのもと	りす組おやつ	お茶プリン	お茶プリン
りす組おやつ	お茶	精白米、五穀ひじきごはんのもと	りす組おやつ	ビスコ	ビスコ
	五穀ひじきおにぎり	精白米、五穀ひじきごはんのもと	りす組おやつ	ビスコ	ビスコ

* 食事摂取基準（3～5歳児）をもとに基準を㊤とし、おやつ（牛乳（180cc）も含めました。
* だしは、煮干し・削り節（さば節）・だし昆布・しいたけ・野菜などでとっています。
* 生肉・生野菜は、産地にもこだわり国産を使用しています。
* 地元吹田の平野農園（江坂町）の野菜を中心に、地場産物や旬の物を取り入れ、地産地消に努めています。 又、園で収穫できる野菜も使います。
* デザートは、子どもたちにとって、とても楽しみの一つです。
果物は、産地を吟味し季節の美味しい果物を食べられるように配慮しています。
尚、献立内の果物の記載は空欄にしています。
衛生面を考慮（生肉・生魚の使用時）も、献立の内容によりゼリー等が増えることもあります。
ご理解いただきますようお願いいたします。
* 食の安全を考慮加工品・調味料も十分吟味し、おいしい手作りの昼食を心がけています。
* 献立材料は、その時の事情により変更する場合があります。ご了承ください。



URL <http://senriyamagrace.jp/>
上記のホームページにて昼食・おやつ（写真）を掲載しています。
ご覧ください。

りす組おやつ（写真）及び栄養量を載せています。
* * 昼食の栄養量には、おやつ（写真）は含んでいません。

献立			献立		
日付	材 料		日付	材 料	
17 (木)	ごはん いわしの梅醤油煮 竹輪の磯焼き 三度豆のごま和え 豆腐みそ汁 ぶどうゼリー	精白米 いわしの梅醤油煮 焼き竹輪、あおのり、なたね油 さやいんげん、にんじん、薄口しょうゆ、きび砂糖、いりごま ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、 青ねぎ、さば節、なめこ ぶどうゼリー	25 (金)	ごはん ゆかり キャベツ入りつくね ブロッコリー和風サラダ 竹輪のすまし汁 果物	精白米 ゆかり キャベツ入りつくね ブロッコリー、にんじん、塩昆布、オリーブ油 焼き竹輪、にんじん、青ねぎ、薄口しょうゆ、 さば節、まこんぶ、並塩、えのきたけ
	お茶 スイートポテト	スイートポテト		お茶 磯風味ポテト	磯風味ポテト
18 (金)	牛丼 トマトときゅうりの酢の物 貝柱スープ 日向夏みかんゼリー	牛肉、精白米、たまねぎ、サフラワー油、にんじん、きび砂糖、 本みりん、濃口しょうゆ、しょうが、焼きのり トマト、きゅうり、カットわかめ、しらす干し、 きび砂糖、薄口しょうゆ、米酢、ごま油 鶏がらだし、薄口しょうゆ、 ほたて貝柱水煮缶詰、エリンギ、にら 日向夏みかんゼリー	26 (土)	カレーピラフ 肉団子の旨煮 コンソメスープ 果物	精白米、フランクフルトソーセージ、たまねぎ、にんじん、 青ピーマン、なたね油、カレー粉、洋風だし ミートボール、本みりん、薄口しょうゆ、ごま油、きび砂糖 たまねぎ、にんじん、パセリ、豚肉、 パイヨン
	お茶 ラムネ、ジャンボコーン	ラムネ、ジャンボコーン		牛乳 ドーナツ	ドーナツ
19 (土)	冷やしきざみうどん 枝豆の塩茹で ヨーグルト	ゆでうどん、油揚げ、きび砂糖、本みりん、薄口しょうゆ、カットわかめ、 にんじん、いりごま、だししょうゆ、さば節、きゅうり、削り節 えだまめ、並塩 ヨーグルト	28 (月)	ホットドック 豆サラダ トマト ジュリアンスープ 甘夏ゼリー	ロールパン、ウインナーソーセージ、トマトケチャップ きゅうり、じゃがいも、並塩、ノンエッグマヨネーズ、まぐろ水煮缶詰、 にんじん、蒸し大豆、塩えんどう豆、コーン缶詰粒 トマト キャベツ、パセリ、セロリー、豚肉、 パイヨン、にんじん 甘夏ゼリー
	牛乳 バームクーヘン	バームクーヘン		お茶 玄米ボン菓子、小魚	玄米ボン菓子、小魚
21 (月)	海の日		29 (火)	チャーハン ポーク焼売 中華スープ 果物	精白米、焼き豚、たまねぎ、にんじん、生しいたけ、青ねぎ、 並塩、薄口しょうゆ、鶏がらだし、ごま油 無添加ポーク焼売 エリンギ、鶏がらだし、薄口しょうゆ、並塩、こしょう、 ごま油、カットわかめ、にら、にんじん
				お茶 ビスケット	ビスケット
22 (火)	焼きそば ポイルウインナー わかめスープ 果物	中華めん、豚肉、並塩、キャベツ、たまねぎ、にんじん、青ピーマン、 サフラワー油、あおのり、お好み焼きソース、中濃ソース ウインナーソーセージ 鶏がらだし、並塩、薄口しょうゆ、いりごま、 カットわかめ、エリンギ、青ねぎ	30 (水)	ごはん 国産春巻き 三度豆のおかか和え 豆腐みそ汁 もちゼリー	精白米 春巻き、サフラワー油 さやいんげん、にんじん、かつお節、薄口しょうゆ、きび砂糖 ソフト豆腐、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、 青ねぎ、さば節、まいたけ、だいこん もちゼリー
	お茶 ゆかりじゃこおにぎり	精白米、ゆかり、じゃこ		お茶 レースパン	レースパン
23 (水)	ごはん 鯖のカレー風味焼き ひじきの炒め煮 ジャガイモ味噌汁 パインゼリー	精白米 さば、カレールウ、本みりん、料理酒 乾ひじき、にんじん、本みりん、濃口しょうゆ、 サフラワー油、ごま油、焼き竹輪、冷凍えだまめ 油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、青ねぎ、 さば節、じゃがいも、えのきたけ	31 (木)	ごはん 鮭塩焼き ほうれん草ごま和え 玉ねぎみそ汁 果物	精白米 たいせいやうさけ、並塩 ほうれんそう、にんじん、いりごま、きび砂糖、 薄口しょうゆ たまねぎ、油揚げ、にんじん、淡色辛みそ、 青ねぎ、さば節、まいたけ
	お茶 りんごジャムサンド	食パン、りんごジャム		お茶 カニパン、プロセスチーズ	カニパン、プロセスチーズ
24 (木)	鶏肉照り焼き丼 もやしと胡瓜のナムル 乳酸菌ヨーグルト	精白米、鶏肉、本みりん、きび砂糖、清酒、濃口しょうゆ、 片栗粉、サフラワー油、たまねぎ、にんじん、焼きのり、いりごま きゅうり、にんじん、カットわかめ、きび砂糖、薄口しょうゆ、 もやし、ごま油、米酢、まぐろ水煮缶詰 乳酸菌ヨーグルト	監修：片岡恵子・近藤祐美（栄養士）		
	お茶 野菜かりんとう	野菜かりんとう	7月献立 アレルギーを含む加工食品の紹介をします。		

二年間を通して園で使用する加工食品＝

- *ポークハム・ベーコン・チキンウインナー・ポークウインナー・焼ごむき豚
無添加・無着色・発色剤・リン酸塩不使用（乳・卵・小麦も含んでいません）
- *焼き豚 肉屋さん自家製（乳・卵含まない）醤油に含まれる小麦一部含んでいます。
- *竹輪（乳・卵・小麦を含んでいません）無添加・無着色・リン酸塩不使用
- *マヨネーズ 除去対応ノンエッグマヨネーズ（ケンコーマヨネーズ）を使用します。
- *ごまドレッシングは、手作りドレッシングです。（ノンエッグマヨネーズ使用醤油・ごま含む）
- *油は菜種油・削り節はサバ節です。
- *うどん・中華麺は、同じ製造ラインにそばの取り扱いがあります。
- *砂糖は、沖縄のサトウキビ100%使用のきび砂糖を使用しています。
- *塩は伯方の塩です。味噌は、無添加味噌（米・大豆）を使用しています。
- *パンには、バター・生クリームが入っています。
- *海苔のふりかけ・若菜ごはんの素（ごま含む）（小麦・卵・乳含まない）

7月献立 アレルギーを含む加工食品の紹介をします。

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 3日・・ 焼き餃子 | （小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） |
| 4日・・ チキンカツ | （小麦・卵・乳・ごま含まない） |
| 7日・・ 朝顔かまぼこ | （小麦・卵含む）（乳・ごま含まない） |
| 9日・・ 焼きあなご | （醤油に一部小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） |
| 12日・・ ポーク焼売 | （小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） |
| 14日・・ すいか型かまぼこ | （小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） |
| 15日・・ フルーツポンチ | （パイナップル・黄桃・白桃・みかん含む） |
| 16日・・ 野菜入り国産豚肉ミンチカツ | （小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） |
| 17日・・ いわしの梅醤油煮 | （小麦含む）（卵・乳・ごま含まない） |
| 25日・・ キャベツ入りつくね | （小麦・卵・乳・ごま含まない） |