



# 2025年 7月 城星学園幼稚園メニュー



※そば・落花生の入った食材は使用していません。

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き				栄養価
			主にならだをつくるもの	主にならだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
1	火	豚丼 ブロッコリーサラダ 味噌汁 りんごかん	豚肉 サラダチキン 豆腐・白みそ	人参・玉ねぎ・ピーマン ブロッコリー・コーン なす 寒天	米(国産)・こんにゃく・砂糖・でん粉 イタリアンドレッシング 砂糖	だし・醤油・みりん・酒 塩 だし りんごジュース	エネルギー 413 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 9.2 g 炭水化物 69.0 g 食塩 1.4 g
2	水	ロールパン コロケ ツナサラダ スープ フルーツ(バナナ)	ツナフレーク ベーコン	きゅうり・キャベツ・黄パプリカ 白菜・玉ねぎ バナナ	ロールパン 牛肉コロケ・油 砂糖・油	酢・醤油 チキンコンソメ	エネルギー 385 kcal たんぱく質 9.4 g 脂質 19.4 g 炭水化物 45.0 g 食塩 2.0 g
3	木	五目うどん かぼちゃの煮物 牛肉と野菜のソテー フルーツ(黄桃)	鶏肉・厚揚げ 牛肉	大根・人参・白菜・小松菜 かぼちゃ キャベツ・玉ねぎ・いんげん 黄桃(缶詰)	うどん 砂糖 油	だし・醤油・みりん・塩 醤油・みりん・だし チキンコンソメ	エネルギー 352 kcal たんぱく質 14.3 g 脂質 11.9 g 炭水化物 49.1 g 食塩 2.5 g
4	金	ハヤシライス もやしのごま和え フルーツ(オレンジ)	牛肉 ちくわ	玉ねぎ・人参・しめじ 太もやし・小松菜 オレンジ	米(国産)・油・じゃが芋・砂糖 白ごま	醤油・みりん・中華だし	エネルギー 428 kcal たんぱく質 9.3 g 脂質 10.6 g 炭水化物 74.7 g 食塩 2.0 g
7	月	ごはん ハンバーグデミグラスソース コールスローサラダ 味噌汁 フルーツ(パイン)	ハンバーグ 油揚げ・白みそ	玉ねぎ キャベツ・人参・コーン 大根・ワカメ・人参 パイン(缶詰)	米(国産) 油 マヨネーズ	ハヤシルウ・トマトケチャップ・ブイヨン・塩 塩 だし	エネルギー 423 kcal たんぱく質 13.6 g 脂質 14.9 g 炭水化物 59.4 g 食塩 2.0 g
8	火	ごはん 白身魚のカレー風味焼き ウィンナーと野菜のソテー 味噌汁 ホワイトサワーかん	ホキ 豚肉 豆腐・白みそ	しょうが キャベツ・太もやし・人参・ピーマン 玉ねぎ 寒天	米(国産) 砂糖 油 カルピス	醤油・酒・カレー粉 醤油・塩・中華だし・ブイヨン だし	エネルギー 339 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 4.7 g 炭水化物 57.5 g 食塩 2.4 g
9	水	野菜たっぷり塩ラーメン 春巻き ポテトサラダ マンゴー(缶詰)	豚肉・さつま揚げ ハム	人参・白菜・太もやし・ニラ 春巻 キャベツ・きゅうり マンゴー(缶詰)	ラーメン 油 じゃが芋・マヨネーズ	塩ラーメンスープ 塩	エネルギー 365 kcal たんぱく質 11.8 g 脂質 13.1 g 炭水化物 50.3 g 食塩 2.7 g
10	木	ロールパン オイスターチキン スパゲティサラダ スープ フルーツ(バナナ)	鶏肉 ツナフレーク ベーコン	ブロッコリー・人参 白菜・玉ねぎ バナナ	ロールパン 小麦粉・油・砂糖・でん粉 スパゲティ・オリーブ油・マヨネーズ	塩・オイスターソース・酒・醤油 チキンコンソメ	エネルギー 423 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 22.1 g 炭水化物 38.5 g 食塩 2.0 g
11	金	夏野菜カレー もやしのごま和え フルーツ(オレンジ)	鶏肉 ちくわ	玉ねぎ・かぼちゃ・トマト・ピーマン・なす・にんにく 人参・白米・いんげん・生薬・にんにく・トマト・ビュレ 太もやし・小松菜 オレンジ	米(国産)・油 白ごま	カレールウ 醤油・みりん・中華だし	エネルギー 410 kcal たんぱく質 10.6 g 脂質 9.6 g 炭水化物 72.4 g 食塩 1.8 g
14	月	肉あげとじ丼 ブロッコリーサラダ 味噌汁 ぶどうかん	牛肉・油揚げ・卵 サラダチキン 豆腐・白みそ	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・コーン なす 寒天・ぶどうジュース	米(国産)・砂糖・でん粉 イタリアンドレッシング 砂糖	酒・醤油・みりん・だし 塩 だし	エネルギー 500 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 16.0 g 炭水化物 72.9 g 食塩 2.4 g
15	火	ロールパン 白身魚フライ マカロニサラダ スープ フルーツヨーグルト	白身魚フライ ハム 鶏肉 ヨーグルト	小松菜・キャベツ 白菜・玉ねぎ パイン(缶詰)	ロールパン 油 マカロニ・マヨネーズ 砂糖	塩 チキンコンソメ	エネルギー 420 kcal たんぱく質 15.9 g 脂質 19.8 g 炭水化物 45.7 g 食塩 1.8 g
16	水	ごはん ハンバーグトマトソース 野菜のごま和え 味噌汁 マンゴー(缶詰)	ハンバーグ 錦糸卵 油揚げ・白みそ	玉ねぎ・トマト・にんにく 玉ねぎ・白菜・グリーンアスパラガス・しめじ 大根・ワカメ マンゴー(缶詰)	米(国産) 砂糖・油 白ごま・砂糖	トマトケチャップ・塩・ブイヨン 醤油 だし	エネルギー 400 kcal たんぱく質 14.2 g 脂質 10.4 g 炭水化物 63.0 g 食塩 2.2 g
17	木	スパゲティポロネーゼ チキンナゲット 貝だくさんスープ フルーツ(黄桃)	牛豚ひき肉 チキンナゲット ベーコン	玉ねぎ・人参・いんげん・生薬・にんにく・トマト・ビュレ ブロッコリー・コーン 黄桃(缶詰)	スパゲティ・砂糖 油 じゃが芋	塩・酒・トマトケチャップ・とんかつソース・ブイヨン チキンコンソメ	エネルギー 399 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 15.2 g 炭水化物 49.9 g 食塩 2.8 g

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。

※原産地一覧表は、ホームページに記載しております。

原産地一覧表

2025年7月1日(火) ~ 2025年7月31日(木)

生鮮野菜・果物	主産地	補助産地	冷凍野菜	主産地	補助産地
人参(国産)	徳島	長崎・和歌山・青森・北海道	冷凍インゲン	タイ	—
大根	北海道	青森・長崎・徳島・千葉・岐阜	冷凍小松菜	九州	—
キャベツ	愛知	和歌山・群馬・長野・茨城	冷凍グリーンピース	ハンガリー	—
白菜	茨城	和歌山・山梨・長野	冷凍スイートコーン	ハンガリー	—
青葱	香川	徳島・京都・奈良・大阪・広島・愛媛・熊本	ナチュラルカットポテト	オランダ	—
ニラ	高知	宮崎・長崎・熊本・福岡・京都	冷凍ほうれん草	スペイン	—
しろな	大阪	兵庫	冷凍里芋	青森	—
胡瓜	宮崎	熊本・高知・長崎・愛媛・長野・徳島	冷凍ブロッコリー	エクアドル	—
トマト	熊本	愛知・岐阜・石川・愛知・福井・千葉	冷凍アスパラ	チリ	—
ピーマン	愛知	熊本・香川・徳島・茨城・宮崎・北海道	肉類・魚類		
南瓜	ニュージーランド	メキシコ・韓国	牛肉	オーストラリア・ニュージーランド・日本	
茄子	高知	岡山・徳島・香川・茨城・長野・群馬・山梨	豚肉	日本・カナダ・アメリカ・メキシコ・スペイン	
チェリートマト	熊本	愛知・大分・長崎	鶏肉	日本	
三つ葉	愛知	大阪・三重	合挽ミンチ(牛豚)	日本・オーストラリア・カナダ	
さつまい	愛知	大阪・三重	サバ	日本・ノルウェー・イギリス・カナダ	
レンコン	徳島	石川・熊本・佐賀	タラ	アメリカ・ロシア	
長芋	青森	北海道・鳥取	鮭	日本・アメリカ・ロシア・チリ	
じゃがいも	鹿児島	北海道・長野・熊本	ホキ	ニュージーランド・アルゼンチン	
玉葱	兵庫	和歌山・佐賀・長崎	<p>一富士フードサービス株式会社</p> <p>TEL 06-6452-2201</p> <p>【 関西B3 】</p>		
セロリ	静岡	長野・アメリカ			
生しいたけ	徳島	岐阜・奈良			
エリンギ	長野	福岡・石川・愛知・長野			
えのき	長野	石川			
しめじ	新潟	長野			
まいたけ	新潟	静岡			
パプリカ(赤)	韓国	—			
パプリカ(黄)	韓国	—			
チンゲン菜(生)	福岡	愛知・大分・熊本・静岡・香川・大阪・広島			
オレンジ	オーストラリア	—			
りんご	長野	青森			
バナナ	フィリピン	ベトナム			

- 加工食品以外の主な取り扱い商品の原産地を記載しています。
- 商品入荷などの都合により、表示内容と異なる場合がございます。