

日 曜	献立名	おやつ 午後	熱や力に なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	6:15 おやつ	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)
誕生会	カレーピラフ バリバリウインナー チョップドサラダ はんぺんスープ ゼリー	麦茶  ★お誕生日ケーキ	米 バター 油 シュウマイの皮 小麦粉 グラニュー糖 生クリーム 砂糖	鶏肉 ウインナー ロースハム わかめ はんぺん ヨーグルト たまご	玉ねぎ 人参 ピーマン きゃべつ きゅうり コーン 葉ねぎ みかん缶	麦茶 せんべい	632 18.6
18 月							
19 火	マーガリンサンド タンドリーチキン ほうれん草のフレンチサラダ ポテトスープ バナナ	飲むヨーグルト ★ほたてバターおむすび	食パン マーガリン じゃがいも 米 バター 油	鶏肉 ヨーグルト しらす干し 飲むヨーグルト ほたて	にんにく ほうれん草 にんじん たまねぎ しめじ パセリ バナナ	麦茶 せんべい	540 20.1
20 水	麻婆豆腐丼 切り干し大根とツナの中華和え たまごとコーンのスープ メロン	牛乳 ミルククリームパン	米 油 ロールパン バター 砂糖	豚肉 豆腐 ツナ たまご 牛乳	玉ねぎ 人参 グリーンピース 切り干し大根 もやし きゅうり コーンクリーム パセリ メロン	麦茶 せんべい	628 20.2
21 木	ごま味噌うどん ちくわの磯辺揚げ きゃべつと塩こぶの和え物 すいか	牛乳 ★焼きもちしおにぎり	うどん 白ごま 米 黒糖 小麦粉 バター	豚肉 青のり なると ちくわ たまご 焼きのり 塩こぶ 牛乳	玉ねぎ 人参 ほうれん草 きゃべつ とうもろこし すいか	麦茶 せんべい	543 21.6
22 金	ごはん 照りマヨハンバーグ 野菜のみそドレッシング おふのすまし汁 パイナップル	牛乳 ★バナナケーキ	米 油 砂糖 パン粉 マヨネーズ ふ ミックス粉 マーガリン	豚肉 豆腐 たまご かまぼこ 牛乳 たまご	玉ねぎ 人参 きゃべつ ほうれん草 えのき 葉ねぎ パイナップル バナナ	麦茶 せんべい	580 18.6
23 土	鮭コーンピラフ ツナポテトサラダ コンソメスープ バナナ	牛乳 ★じゃこおむすび	米 バター 油 じゃがいも マヨネーズ	鮭 ツナ 豆腐 わかめ 牛乳 じゃこ	玉ねぎ 人参 コーン ピーマン きゅうり バナナ	麦茶 せんべい	596 17.6
25 月	じゃこびー丼 松風焼 チョレギサラダ ちくわのおすまし バナナ	牛乳 ★黒糖蒸しパン	米 油 白ごま ごま油 パン粉 ミックス粉 黒糖	じゃこ 鶏肉 豆腐 焼豚 海苔 ちくわ わかめ 牛乳 豆乳	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 玉ねぎ ねぎ にんじん きゃべつ きゅうり バナナ 葉ねぎ みかん缶	麦茶 せんべい	539 21.4
26 火	クロワッサン 鶏のたった揚げ ハムときゅうりのサラダ オニオンスープ メロン	牛乳 ★ツナチーおむすび	クロワッサン 片栗粉 米 油	鶏肉 ロースハム 牛乳 ツナ チーズ	しょうが きゅうり きゃべつ コーン 玉ねぎ えのき パセリ メロン	麦茶 せんべい	576 20.8
27 水	のりごはん かれのつけ焼き 五目ひじき煮 豆腐となめこの味噌汁 すいか	牛乳 ★きなこドーナッツ	米 油 砂糖 ミックス粉 白玉粉	海苔 かれい ひじき ちくわ 豆腐 たまご きな粉 牛乳	しょうが にんじん れんこん いんげん なめこ すいか	麦茶 せんべい	555 23.2
28 木	カレーうどん チーズ 野菜のごまドレッシング バナナ	牛乳 ★油みそおむすび	うどん カレールー 白ごま 米 油 砂糖 黒糖	豚肉 ちくわ チーズ 牛乳 豚肉 焼きのり	人参 玉ねぎ 白菜 きゃべつ きゅうり バナナ	麦茶 せんべい	566 21.5
29 金	ハヤシライス マカロニサラダ わかめスープ パイナップル	麦茶 ★フルーツヨーグルト ウエハース	米 油 バター ハヤシルー マカロニ マヨネーズ ウエハース	豚肉 ロースハム わかめ ヨーグルト	玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり コーン ねぎ えのき パイナップル みかん缶 もも缶	麦茶 せんべい	629 18.8
30 土	焼豚チャーハン もやしとちくわの和えもの 豆腐とわかめのスープ バナナ	牛乳 デニッシュパン	米 砂糖 油	焼豚 わかめ 豆腐 ちくわ 牛乳	玉ねぎ にんじん もやし いんげん バナナ	麦茶 せんべい	570 17.1

今月の食育

幼児クラス；お箸（月）

とうもろこしの皮むき

マナー教室（雪）



保育園で初めて食べる食材がないようにしてください。

新しい食材は最低2回以上おうちで試し食べをしておいてください。

どうしても食べられない食材は事前にお申し出ください。代替え食品を使用した献立を提供いたします。

園の基準	570 21
8月の平均値	576 20.5

令和7年度 8月 献立表

日 曜	献立名	午後 おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	6:15 おやつ	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)
1 金	ごはん かじきの照り焼き わかめときゅうりの酢の物 マカロニのカレースープ すいか	牛乳 ★シュガートースト	米 白ごま マカロニ 食パン バター グラニュー糖	かじき わかめ しらす干し 豚肩ロース 牛乳	きゅうり もやし たまねぎ にんじん トマト すいか	麦茶 せんべい	537 20.4
2 土	焼肉丼 野菜の味噌マヨネーズ和え 豆腐としめじの味噌汁 バナナ	牛乳 ★おかかおむすび	米 小麦粉 マヨネーズ	豚肉 かまぼこ 豆腐 鯉節 牛乳	しょうが にら もやし きゃべつ ほうれん草 にんじん しめじ 葉ねぎ バナナ	麦茶 せんべい	596 19.2
4 月	じゃこび一井 干草焼き そうめん南瓜のサラダ 大根とわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 ★チーズポテト	米 白ごま じゃがいも 油 バター	じゃこ 鶏肉 たまご ひじき ロースハム わかめ 牛乳 粉チーズ	ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 人参 ほうれん草 たけのこ そうめん南瓜 きゅうり だいこん しめじ バナナ	麦茶 せんべい	634 20.1
5 火	天然酵母の牛乳パン チキンのママレード焼 ズッキーニのコーンソテー 豆腐のスープ メロン	牛乳 ドーナッツ	ロールパン ママレード 油	鶏肉 ウインナー 豆腐 牛乳	しょうが ズッキーニ とうもろこし 赤ピーマン にんじん えのき メロン	麦茶 せんべい	515 23.4
6 水	もろこしごはん 焼鮭 小松菜の五目和え キャベツとわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 ★フレンチトースト	米 油 砂糖 食パン バター メープルシロップ	鮭 油揚げ ちくわ わかめ たまご 牛乳	とうもろこし こまつな もやし きゃべつ にんじん ばなな	麦茶 せんべい	591 26
7 木	サラダうどん 肉じゃが すいか	牛乳 ★鮭おむすび	うどん マヨネーズ じゃがいも 米 白ごま	ツナ なると 豚肉 牛乳 鮭	きゅうり もやし コーン にんじん 玉ねぎ すいか	麦茶 せんべい	544 20.8
8 金	2色そぼろ丼 さつまいものイリチー 大根のみそ汁 ゼリー	乳酸菌飲料 ★焼きそばパン	米 油 砂糖 さつまいも ロールパン 蒸し中華麺	鶏肉 豚肉 たまご こぶ 豚肉 生揚げ 乳酸菌飲料	ねぎ だいこん えのき にんじん きゃべつ	麦茶 せんべい	595 19.6
9 土	ツナマヨ丼 ポテトきんぴら 豆腐とエノキの味噌汁 バナナ	牛乳 ★こぶおむすび	米 じゃがいも マヨネーズ	ツナ 焼きのり ベーコン 豆腐 こぶ 牛乳	きゃべつ にんじん ピーマン えのき バナナ	麦茶 せんべい	576 18
12 火	ごはん パイナップルチキン ドレッシングサラダ レタスのスープ バナナ	牛乳 ★カレーピラフおむすび	米 小麦粉 バター	鶏肉 ロースハム 牛乳	しょうが パイン缶 きゃべつ きゅうり 黄パプリカ レタス にんじん えのき バナナ 玉ねぎ グリンピース	麦茶 せんべい	545 20.7
13 水	親子丼 切り干し大根サラダ じゃが芋とわかめの味噌汁 みかん缶	牛乳 ★手作り黒糖パン	米 じゃがいも 強力粉 黒砂糖	鶏肉 たまご ロースハム わかめ 牛乳	玉ねぎ にんじん えのき 葉ねぎ 切り干し大根 きゅうり みかん缶	麦茶 せんべい	556 22.3
14 木	ミートソースパゲッティー コーンサラダ わかめスープ パイナップル	牛乳 ★天むす風おむすび	スパゲッティー バター 米 天かす	豚肉 粉チーズ ツナ 豆腐 わかめ 青のり 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン 水煮トマト パセリ きゃべつ きゅうり コーン ねぎ パイナップル	麦茶 せんべい	570 21.9
15 金	チキンカレー イタリアンサラダ コンソメスープ バナナ	牛乳 ★焼き肉おむすび	米 カレールー じゃがいも バター マヨネーズ 白ごま	鶏肉 チーズ ウインナー 豚肉 わかめ 牛乳	玉ねぎ にんじん きゃべつ だいこん バナナ	麦茶 せんべい	610 17.5
16 土	豚すき丼 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーマヨネーズ 豆腐とわかめの味噌汁 ヨーグルト	牛乳 ★こーんおむすび	米 油 砂糖 じゃがいも マヨネーズ	豚肉 豆腐 わかめ ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ にんじん えのき 葉ねぎ コーン	麦茶 せんべい	584 23.1

♪栄養量は4歳児の量です

♪食材料の都合により献立を一部変更することがあります

♪た方のおやつは栄養価は含まれていません

♪おやつ★印は園内の手作りメニューです

