

2025年 8月 献 立 表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	材 料 名				エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
1	金	ごはん すまし汁(ふ・えのき) 鶏肉の大葉味噌焼き 切干大根の旨煮	牛乳 りんごジャム 蒸しパン	米、○ホットケーキ粉、七分つき米、三温糖、有機キヌア(コストコ)、なたね油、焼ふ(車ふ)、◎三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○牛乳(調理用)、米みそ(甘みそ)、油揚げ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	にんじん、えのきたけ、こまつな(冷凍)、切り干しだいこん(4倍)、○りんごジャム、かんてん(粉)、しそ	かつおだし、かつお・昆布だし、しょうゆ、本みりん、みりん、おろししょうが、食塩	550.4(457.3) 21.8(20.0) 17.2(14.1) 1.6(1.3)
2	土	ごはん 鶏ひき肉あんかけ丼 デザート	牛乳 市販菓子(土曜)	米、七分つき米、○甘辛せんべい、片栗粉、なたね油、有機キヌア(コストコ)、砂糖、◎三温糖	○牛乳、鶏ひき肉、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	キャベツ、にんじん、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、かんてん(粉)、夜用デザート	かつおだし、みりん、しょうゆ、食塩、おろししょうが	508.0(418.9) 18.2(17.4) 17.5(13.9) 1.4(1.2)
4	月	焼肉丼 バナナヨーグルト	コーンフレーク (幼児ミロ入り)	米、○コーンフレーク、七分つき米、三温糖、押麦、ごま油、◎三温糖	○牛乳、スキムヨーグルト、豚小間肉、米みそ(淡色辛みそ)、○ミロ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	たまねぎ、バナナ、キャベツ、にんじん	しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが	551.3(441.2) 21.2(18.9) 15.9(12.4) 1.4(1.2)
5	火	ツナスパゲティ スープ(もやし・コーン) デザート	ドリンクヨーグルト チーズ蒸しパン (豆乳)	スパゲティ、○ホットケーキ粉、○砂糖、なたね油、◎三温糖	○牛乳、○スキムヨーグルト、ツナ油漬缶、○調製豆乳、○ダイスチーズ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	えのきたけ、たまねぎ、ほうれんそう(冷凍)、にんじん、もやし、昼用デザート	しょうゆ、コンソメ、食塩	477.8(406.2) 21.5(19.9) 12.9(10.8) 2.2(1.7)
6	水	ごはん すまし汁(大根・わかめ) 松風焼き(大葉) 小松菜とえのきのサラダ デザート	ドリンクヨーグルト バナナソフトクッキー	米、○ホットケーキ粉、七分つき米、○マーガリン、片栗粉、○砂糖、有機キヌア(コストコ)、三温糖、◎三温糖	○牛乳、○スキムヨーグルト、鶏ひき肉、木綿豆腐、○牛乳(調理用)、米みそ(淡色辛みそ)、凍り豆腐、ごま、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	こまつな、たまねぎ、にんじん、だいこん、○バナナ、えのきたけ、しそ、かんてん(粉)、カットわかめ、昼用デザート	かつおだし、しょうゆ、みりん、酢、酒、食塩	536.5(448.0) 22.4(20.6) 15.4(12.5) 1.7(1.4)
7	木	ごはん みそ汁(油揚げ、ほうれん草) 魚のみりん焼き ブロッコリーのおかかマヨ和え デザート	牛乳 牛乳寒天 (みかん入り)	米、七分つき米、○三温糖、エッグフリー、有機キヌア(コストコ)、三温糖、◎三温糖	○牛乳、かかれい、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ごま、かつお節、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	ブロッコリー(冷凍)、○みかん缶、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、コーン缶、だいこん、○かんてん(粉)、かんてん(粉)	煮干だし、みりん、しょうゆ、酒	467.7(406.2) 23.6(22.4) 13.5(11.7) 1.5(1.2)
8	金	パン・ロールパン コーンクリームスープ かぼちゃコロッケ ひじきのサラダ デザート	牛乳(幼児) お茶(乳児) ゆかりおにぎり (ごま・青のり)	○米、○七分つき米、なたね油、パン粉、マーガリン、米粉、ロールパン(40g)、片栗粉、砂糖、◎三温糖	○牛乳、牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、ベーコン、ダイスチーズ、○ごま、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ、クリームコーン缶、きゅうり、にんじん、ブロッコリー(冷凍)、ひじき、○あおのり、昼用デザート	酢、しょうゆ、中濃ソース、コンソメ、食塩	708.1(489.9) 24.6(17.8) 30.1(18.3) 3.1(2.2)
9	土	ごはん 豚肉の味噌丼 デザート	牛乳 市販菓子(土曜)	米、七分つき米、○甘辛せんべい、砂糖、なたね油、有機キヌア(コストコ)、◎三温糖	○牛乳、豚小間肉、米みそ(淡色辛みそ)、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	キャベツ、たまねぎ、にんじん、かんてん(粉)	しょうゆ、酒、食塩	500.1(413.4) 16.1(15.9) 18.7(14.8) 1.2(1.0)
12	火	ごはん ハヤシライス、 ヨーグルトあえ(果物)	牛乳 市販菓子(クリーム サンド・ラムネ・きらず 揚げ・たまごパン)	米、七分つき米、油、砂糖、有機キヌア(コストコ)、◎砂糖	○牛乳、スキムヨーグルト、豚小間肉、○いりこ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	たまねぎ、オレンジ、ブロッコリー(冷凍)、にんじん、かんてん(粉)	ハヤシルウ	549.0(463.8) 18.2(16.8) 20.4(16.5) 1.5(1.2)
13	水	わかめうどん フライドポテト デザート	牛乳 りんごゼリー	ゆでうどん、フレンチフライポテト(冷凍)、なたね油、○砂糖、三温糖、◎砂糖	○牛乳、豚肉(ロース)、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	○りんご濃縮果汁、たまねぎ、にんじん、生わかめ、干しいたけ、○かんてん(粉)	かつお・昆布だし、しょうゆ、みりん、食塩	413.4(362.0) 14.0(14.5) 16.4(13.5) 1.8(1.4)
14	木	ごはん ドライカレー みそ汁(小松菜・切り干し大根) デザート	牛乳 ヨーグルト蒸しパン (mix)	米、○ホットケーキ粉、七分つき米、○なたね油、なたね油、○三温糖、有機キヌア(コストコ)、◎三温糖	○牛乳、豚ひき肉、○スキムヨーグルト、だいず水煮缶詰、米みそ(淡色辛みそ)、粉チーズ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶詰、こまつな(冷凍)、切り干しだいこん(4倍)、かんてん(粉)	煮干だし、パーモンドフレック、アレルゲンフリーカレーフレーク、おろしにんにく、おろししょうが	589.5(485.2) 20.0(18.8) 23.2(18.3) 2.4(1.8)
15	金	ピピンパ風そぼろ丼 すまし汁(とうふ・豆苗) デザート	コーンフレーク	米、○コーンフレーク、七分つき米、三温糖、なたね油、◎三温糖	○牛乳、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	にんじん、ほうれんそう(冷凍)、キャベツ、トウモロコシ(芽ばえ)、コーン缶	かつおだし、しょうゆ、みりん、食塩、おろしにんにく、おろししょうが	520.1(434.2) 19.1(17.7) 13.5(10.9) 2.1(1.6)
16	土	しょうがうどん デザート	牛乳 市販菓子(土曜)	○甘辛せんべい、◎三温糖	○牛乳、豚小間肉、油揚げ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	キャベツ、にんじん、こまつな(冷凍)、昼用デザート	酒、しょうゆ、コンソメ、オイスターソース、おろししょうが、食塩	476.5(396.8) 17.0(16.5) 18.2(14.4) 2.7(2.0)
18	月	冷やしきつねうどん バナナヨーグルト	牛乳 りんごジャム蒸しパン	○ホットケーキ粉、三温糖、砂糖、◎三温糖	○牛乳、スキムヨーグルト、鶏ひき肉、○牛乳(調理用)、油揚げ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	きゅうり、バナナ、にんじん、○りんごジャム、葉ねぎ	めんつゆ・3倍濃縮、かつおだし、しょうゆ	490.6(416.0) 19.9(18.7) 13.3(11.3) 1.9(1.5)
19	火	ごはん みそ汁(オクラ・もやし) 豚肉のぼん酢しょうが炒め キャベツの磯和え デザート	ドリンクヨーグルト ピザパイ (お誕生日会)	米、○パイ生地、七分つき米、○砂糖、なたね油、有機キヌア(コストコ)、◎三温糖	○牛乳、○スキムヨーグルト、豚小間肉、○ハム、米みそ(淡色辛みそ)、○ピザ用チーズ、ごま、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし、○たまねぎ、○ピーマン、オクラ、かんてん(粉)、あおのり、昼用デザート	煮干だし、しょうゆ、○ケチャップ、酒、みりん、しゃぶしゃぶのたれ合わせポン酢、おろししょうが	533.6(445.2) 21.5(19.9) 20.1(15.8) 2.1(1.7)
20	水	ごはん すまし汁(冬瓜・わかめ) 松風焼き(大葉) 小松菜とえのきのサラダ デザート	ドリンクヨーグルト バナナソフトクッキー	米、○ホットケーキ粉、七分つき米、○マーガリン、片栗粉、○砂糖、有機キヌア(コストコ)、三温糖、◎三温糖	○牛乳、○スキムヨーグルト、鶏ひき肉、木綿豆腐、○牛乳(調理用)、米みそ(淡色辛みそ)、凍り豆腐、ごま、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	こまつな、たまねぎ、にんじん、とうがらし、○バナナ、えのきたけ、しそ、かんてん(粉)、カットわかめ	かつおだし、しょうゆ、みりん、酢、酒、食塩	536.5(448.0) 22.4(20.6) 15.4(12.5) 1.7(1.4)
21	木	ごはん みそ汁(油揚げ、ほうれん草) 魚のみりん焼き ブロッコリーのおかかマヨ和え デザート	牛乳 牛乳寒天 (みかん入り)	米、七分つき米、○三温糖、エッグフリー、有機キヌア(コストコ)、三温糖、◎三温糖	○牛乳、かかれい、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ごま、かつお節、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	ブロッコリー(冷凍)、○みかん缶、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、コーン缶、だいこん、○かんてん(粉)、かんてん(粉)	煮干だし、みりん、しょうゆ、酒	467.7(406.2) 23.6(22.4) 13.5(11.7) 1.5(1.2)
22	金	ごはん すまし汁(大根・三つ葉) かぼちゃコロッケ ひじきのサラダ デザート	牛乳 ゆでとうもろこし	米、七分つき米、なたね油、パン粉、有機キヌア(コストコ)、片栗粉、砂糖、◎三温糖	○牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、ダイスチーズ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	○とうもろこし、かぼちゃ(冷凍)、たまねぎ、きゅうり、にんじん、だいこん、みつば、ひじき、かんてん(粉)、昼用デザート	かつおだし、しょうゆ、酢、中濃ソース、コンソメ、食塩	512.4(431.3) 18.3(17.6) 19.1(15.4) 1.6(1.3)
23	土	ごはん 豚肉の味噌丼 デザート	牛乳 市販菓子(土曜)	米、七分つき米、○甘辛せんべい、砂糖、なたね油、有機キヌア(コストコ)、◎三温糖	○牛乳、豚小間肉、米みそ(淡色辛みそ)、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	キャベツ、たまねぎ、にんじん、かんてん(粉)	しょうゆ、酒、食塩	500.1(413.4) 16.1(15.9) 18.7(14.8) 1.2(1.0)
25	月	夏野菜のドライカレー ゼリー	牛乳 ヨーグルト 蒸しパン(mix)	○ホットケーキ粉、カップゼリー80℃ストロベリー、○なたね油、なたね油、○三温糖、◎三温糖	○牛乳、豚ひき肉、○スキムヨーグルト、だいず水煮缶詰、米みそ(淡色辛みそ)、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	たまねぎ、にんじん、ホールトマト缶詰、黄ピーマン、なす、トマトピューレ、ズッキーニ	パーモンドフレック、アレルゲンフリーカレーフレーク、おろしにんにく、おろししょうが	419.1(366.0) 15.9(15.9) 22.3(17.6) 1.7(1.4)
26	火	ごはん すまし汁(ふ・わかめ) 鶏肉の大葉みそ焼き 切干大根の旨煮 デザート	コーンフレーク	米、○コーンフレーク、七分つき米、三温糖、有機キヌア(コストコ)、なたね油、焼ふ(車ふ)、◎三温糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、米みそ(甘みそ)、油揚げ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	にんじん、こまつな(冷凍)、切り干しだいこん(4倍)、かんてん(粉)、しそ、カットわかめ、昼用デザート	かつおだし、かつお・昆布だし、しょうゆ、本みりん、みりん、おろししょうが、食塩	536.2(438.3) 21.2(19.2) 16.3(12.9) 1.9(1.4)
27	水	ごはん みそ汁(玉ねぎ・高野豆腐) 鶏肉団子 スパゲティのサラダ デザート	ドリンクヨーグルト ラスク	米、○食パン、スパゲティ(麻生)、七分つき米、○甘辛せんべい、エッグフリー、○砂糖、○マーガリン、○グラニュー糖、有機キヌア	○牛乳、○スキムヨーグルト、米みそ(淡色辛みそ)、肉団子、凍り豆腐、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	きゅうり、にんじん、たまねぎ、コーン缶、かんてん(粉)、昼用デザート	煮干だし、しょうゆ、酒、みりん、食塩	609.0(493.6) 21.1(19.5) 19.9(15.4) 2.3(1.8)
28	木	ごはん すまし汁(キャベツ・麩) 鮭のコーンマヨネーズ焼き もやしときゅうりのナムル デザート	ドリンクヨーグルト りんごゼリー	米、七分つき米、エッグフリー、○砂糖、小麦粉、有機キヌア(コストコ)、マーガリン、焼ふ(車ふ)、ごま油、◎砂糖	○牛乳、○スキムヨーグルト、さけ、粉チーズ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	○りんご濃縮果汁、昼用デザート、もやし、きゅうり、クリームコーン缶、にんじん、キャベツ、○かんてん(粉)、かんてん(粉)	かつおだし、しょうゆ、食塩	480.3(414.1) 23.2(22.3) 12.5(10.7) 1.6(1.3)
29	金	ごはん 豚肉の旨だれ炒め丼 スープ(ほうれん草・もやし) デザート	ミロ(150) 牛乳(120) 市販菓子	米、七分つき米、○ドーナツ、有機キヌア(コストコ)、砂糖、ごま油、◎三温糖	○牛乳、豚小間肉、○ミロ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、ほうれんそう(冷凍)、もやし、かんてん(粉)、昼用デザート	しょうゆ、酒、オイスターソース、コンソメ、食塩	520.0(424.7) 17.9(16.9) 19.3(15.5) 1.4(1.2)
30	土	しょうがうどん デザート	牛乳 市販菓子(土曜)	○甘辛せんべい、◎三温糖	○牛乳、豚小間肉、油揚げ、◎調製豆乳、◎スキムヨーグルト	キャベツ、にんじん、こまつな(冷凍)、昼用デザート	酒、しょうゆ、コンソメ、オイスターソース、おろししょうが、食塩	451.3(379.2) 16.5(16.2) 18.1(14.4) 2.6(2.0)

※都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。
 ※栄養価は、()が3歳未満児で記載してあります。
 ※19日(火)はお誕生日会のため、特別おやつとなります。
 ※ご飯の中には「胚芽押し麦、胚芽米、キヌア、寒天」が入っています。
 ※市販菓子は自然の素材だけを原料に、合成着色料・保存料・化学調味料を一切使用していない安全なお菓子を出しています。

