

令和7年 8月 予定献立表

日 曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
1 15 29 金	ご飯	鮭の照り焼き	茄子の味噌炒め	おくらのごま和え	豆腐とわかめの味噌汁	カルピスゼリー	
	米	鮭 しょう油 酒 みりん	豚肉 茄子 人参 ピーマン なたね油 味噌 素精糖 みりん 酒	おくら ごま 素精糖 しょう油	豆腐 わかめ 長葱 味噌 煮干しだし	カルピス グラニュー糖 もも缶 寒天 クラッカー (果物 麦茶)	スパゲッティ サラダ スープ
2 16 30 土	ご飯	鶏肉のさっぱり煮	キャベツと油揚げのお浸し		なめこの味噌汁	しらすと海苔の混ぜご飯	
	米	鶏肉 しょう油 酢 素精糖 酒 生姜	キャベツ 人参 油揚げ かつお昆布だし しょう油 ごま		なめこ わかめ 豆腐 味噌 煮干しだし	米 しらす 青のり ごま 塩 (果物 牛乳)	
4 18 月	冷やしうどん			冬瓜のそぼろ煮		コーンおにぎり	
	うどん 胡瓜 ささみ わかめ もやし トマト 素精糖 塩 しょう油 ごま かつお昆布だし			冬瓜 豚ひき肉 長葱 人参 しょう油 素精糖 塩 片栗粉 なたね油		米 とうもろこし 玉葱 バセリ 塩 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
5 19 火	ご飯	かじきのフライ	トマトのカフルサラダ		けんちん汁	ココアスコーン	
	米	かじき 塩 酒 薄力粉 パン粉 なたね油 ソース	胡瓜 トマト ブロッコリー キャベツ 酢 塩 素精糖 なたね油		里芋 大根 ごぼう 豆腐 人参 長葱 塩 しょう油 かつお昆布だし	薄力粉 BP グラニュー糖 バター 牛乳 ココア (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
6 20 水	ハヤシライス		ミモザサラダ		オニオンスープ	ハムサンド	
	米 豚肉 玉葱 しめじ 素精糖 塩 薄力粉 なたね油 トマトケチャップ トマト缶 ウスターソース バター なたね油		キャベツ 胡瓜 人参 卵 酢 塩 なたね油		玉葱 人参 バセリ 塩 なたね油	ロールパン 胡瓜 バター ハム (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
7 21 木	ご飯	鮭の塩焼き	金時豆の甘煮	三色酢の物	五目味噌汁	ドーナツ	
	米	鮭 塩	いんげん豆 素精糖 塩	人参 もやし 胡瓜 酢 素精糖 しょう油 塩	鶏肉 豆腐 南瓜 椎茸 長葱 こんにゃく 味噌 煮干しだし	薄力粉 BP グラニュー糖 バター 卵 牛乳 なたね油 粉糖 (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物
8 22 金	ご飯	鶏の味噌焼き	こんにゃくの土佐煮	小松菜の磯辺和え	しめじと三つ葉のすまし汁	★ツナマヨトースト	
	米	鶏肉 味噌 しょう油 酒 みりん	こんにゃく かつお節 しょう油 みりん なたね油	小松菜 人参 きざみ海苔 かつお昆布だし しょう油	しめじ 玉葱 三つ葉 塩 しょう油 かつお昆布だし	食パン 玉葱 ツナ マヨネーズ チーズ バセリ (果物 牛乳)	スパゲッティ サラダ スープ
9 23 土	ご飯	豚肉のケチャップ炒め	かぶと大豆のサラダ		キャベツと厚揚げの味噌汁	レーズン蒸しパン	
	米	豚肉 玉葱 青ピーマン 赤ピーマン なたね油 トマトケチャップ 中濃ソース 塩 酒	大豆 かぶ 胡瓜 人参 ツナ 酢 塩 素精糖 なたね油		キャベツ 厚揚げ 味噌 煮干しだし	薄力粉 BP 素精糖 干しぶどう (果物 牛乳)	
25 月	ピビンバ		ささみと夏野菜の和え物		あおさのすまし汁	★ポテトのチーズ焼き	
	米 豚ひき肉 もやし ほうれん草 人参 ごま しょう油 塩 ごま油 にんにく 生姜 素精糖 味噌		ささみ キャベツ 胡瓜 人参 とうもろこし 酢 素精糖 しょう油 ごま油		あおさ 豆腐 長葱 塩 しょう油 かつお昆布だし	じゃが芋 玉葱 ハム チーズ 塩 バセリ (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物
12 26 火	ごま塩ご飯	鶏肉のパンパシジー	付け合わせ	ごぼうと人参の煮物	冬瓜の味噌汁	ナポリタン	
	米 ごま 塩	鶏肉 塩 酒 なたね油 味噌 しょう油 素精糖 わりごま 生姜	もやし 胡瓜	ごぼう 人参 素精糖 しょう油 なたね油	冬瓜 油揚げ 味噌 煮干しだし	スパゲッティ 豚肉 玉葱 人参 青ピーマン なたね油 トマトケチャップ 塩 素精糖 ウスターソース (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物
13 27 水	ご飯	回鍋肉	たたき胡瓜のナムル	南瓜の煮物	中華風スープ	きな粉クッキー	
	米	豚肉 酒 ピーマン 人参 キャベツ にんにく 生姜 味噌 しょう油 素精糖 なたね油	胡瓜 酢 素精糖 しょう油 ごま油	南瓜 素精糖 しょう油	ささみ わかめ 生姜 長葱 ぎょうざの皮 片栗粉 塩 しょう油 ごま油 かつお昆布だし	薄力粉 グラニュー糖 バター 片栗粉 きな粉 (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
14 28 木	パン	鶏肉のケチャップあんからめ	塩もみキャベツ	じゃがバター	レタスのスープ	ひじきご飯	
	ロールパン	鶏肉 生姜 塩 酒 片栗粉 ケチャップ しょう油 素精糖	キャベツ 塩	じゃが芋 バター 塩	豚ひき肉 レタス 人参 玉葱 なたね油 塩	米 ひじき 人参 油揚げ しょう油 素精糖 なたね油 (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

★20日は誕生会です。

★は新メニューです。

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養値(幼児)	556Kcal	24.0g	21.2g	247mg
栄養目標値	596Kcal	20.0g	19.0g	258mg