

令和7年8月給食予定献立表

明德土気こども園

日／曜	献立名 ＜ねらい＞ 主食・汁もの 主菜・副菜・フルーツ	3時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)		
			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
1 (金)	＜ みんな大好きドライカレー！ ＞ ドライカレー スープ コールスローサラダ パインアップル(0・1歳児：バナナ)	フルーツヨーグルト 牛乳	砂糖、油、小麦粉	ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、だいず水煮缶詰	たまねぎ、パインアップル、キャベツ、にんじん、バナナ、コーン缶、きゅうり、もも缶、みかん缶、ピーマン、パイン缶、こまつな、にんにく、しょうが
4 (月)	＜ 冷やしつけ麺はじめました☆彡 ＞ 冷やし醤油つけ麺(乳児：冷やし醤油ラーメン) きゅうりとちくわのマヨドレえ すいか トマト	鮭わかめご飯 牛乳	干し中華めん(ゆで)、米、ごま油	牛乳、焼き豚、ちくわ、なると、さけ、かつお節、ごま	トマト、すいか、きゅうり、もやし、コーン缶、にんじん、カットわかめ
5 (火)	＜ 脂ののったかじきです ＞ ごま塩ご飯 かじきのステーキ スティック野菜 みそ汁 バナナ	クラッカーサンド 牛乳	米、油、砂糖	牛乳、かじき、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、黒ごま、いわし(煮干し)	バナナ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、ブルーベリージャム、たまねぎ、レモン果汁、カットわかめ、にんにく
6 (水)	＜ 密かに人気★のり塩ポテト ＞ ご飯 肉豆腐 のり塩ポテト みそ汁 キウイ	クロワッサン 牛乳	米、じゃがいも、クロワッサン、しらたき、三温糖、砂糖	牛乳、豚肉(もも)、焼き豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、いわし(煮干し)	キウイフルーツ、たまねぎ、こまつな、なす、いんげん
7 (木)	＜ ガバオライスを召し上がれ ＞ 和風ガバオライス みそ汁 コールスローサラダ すいか	フルーツポンチ 麦茶	米、油、砂糖、片栗粉、ごま油	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)	すいか、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もも缶、みかん缶、パイン缶、コーン缶、きゅうり、りんご、にんにく、にら、カットわかめ、しょうが
8 (金)	＜ 鶏肉15kg揚げます！ ＞ ご飯 鶏の唐揚げ 春雨サラダ みそ汁 キウイ	ビスケット(乳児) きらず揚げ(幼児) 小魚(幼児) せんべい、豆乳	米、はるさめ、油、片栗粉、砂糖、ごま油	豆乳飲料、鶏もも肉、木綿豆腐、いわし(煮干し)、米みそ(淡色辛みそ)	キウイ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、しょうが、にんにく
12 (火)	＜ 冷たいパスタはじめました☆彡 ＞ ツナとトマトの冷製パスタ スープ パンブキンサラダ パインアップル(0・1歳児：バナナ)	ピラフ 牛乳	米、スパゲティ、油	牛乳、ツナ油漬缶、豚ひき肉	パインアップル、バナナ、かぼちゃ、トマト、きゅうり、キャベツ、コーン缶、たまねぎ、しめじ、にんじん、レモン果汁、にんにく、パセリ
13 (水)	＜ 枝豆をおいしくサラダに ＞ ご飯 鶏肉となすのトマト煮込み 枝豆サラダ スープ	かぼちゃチーズプリン 牛乳	米、砂糖	牛乳、鶏もも肉、クリームチーズ、豚ひき肉、ツナ油漬缶、ホイップクリーム、ゼラチン	パインアップル、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、とうがんと、しめじ、ホールトマト缶詰、えだまめ(冷凍)、コーン缶、いんげん、こんぶ(だし用)、にんにく、バナナ
14 (木)	＜ 中華メニュー ＞ チャーハン 具だくさん中華スープ シュウマイ すいか	レモンケーキ 牛乳	米、小麦粉、油、砂糖、はるさめ、粉糖	牛乳、豆乳、焼き豚、ごま	すいか、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ねぎ、レモン果汁、にんにく、カットわかめ
15 (金)	＜ ねばねばパワー！ ＞ スタミナねばねば丼 みそ汁 きゅうりの塩昆布和え バナナ	フルーツあんみつ 牛乳	米、砂糖、ごま油、油、片栗粉、黒蜜	牛乳、いわし(煮干し)、豚ひき肉、あずき(乾)、米みそ(淡色辛みそ)、挽きわり納豆、木綿豆腐、ごま	バナナ、きゅうり、もやし、みかん缶、ねぎ、にんじん、オクラ、にんにく、塩こんぶ、レモン果汁、かんでん(粉)、カットわかめ、しょうが
18 (月)	＜ 夏の疲れを冷やし中華で吹き飛ばそう！ ＞ 冷やし中華 さつま芋のレモン煮 すいか	おかかチーズご飯 牛乳	干し中華めん(ゆで)、さつまいも、米、砂糖、ごま油	牛乳、鶏ささ身、チーズ、ごま、かつお節	すいか、きゅうり、トマト、コーン缶、レモン果汁、カットわかめ
19 (火)	＜ 甘～いとうもろこしです ＞ ご飯 鶏肉の味噌マヨドレ焼き 小松菜のごま和え すまし汁 キウイ	ゆでとうもろこし 牛乳	米、焼ふ(車ふ)、砂糖	牛乳、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、かつお節、バター、ごま	キウイフルーツ、とうもろこし、こまつな、にんじん、えのきたけ、コーン缶、こんぶ(だし用)
20 (水)	＜ 和風トースト作ってみました ＞ ご飯 チャプチェ風炒め かぼちゃのチーズ焼き カレースープ 梨	みたらしトースト 牛乳	米、食パン、はるさめ、三温糖、マカロニ、ごま油、油、砂糖	牛乳、ツナ油漬缶、粉チーズ、きな粉	かぼちゃ、なし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、にんにく
21 (木)	＜ てづくりふりかけです ＞ ふりかけご飯 かれの塩麹焼き いんげんのごま和え パインアップル(0・1歳児：バナナ)	スイートクロワッサン 牛乳	米、クロワッサン、米こうじ、砂糖	牛乳、かれの、米みそ(淡色辛みそ)、ごま、いわし(煮干し)、かつお節	パインアップル、かぼちゃ、いんげん、にんじん、ねぎ、塩こんぶ、あおのり、バナナ
22 (金)	＜ おやつはバナナ！自分でむけるかな？ ＞ ご飯 鮭のコーンマヨドレ焼き ブロッコリーサラダ みそ汁 すいか	バナナ 牛乳	米、油、砂糖	牛乳、さけ、米みそ(淡色辛みそ)、いわし(煮干し)	バナナ、すいか、ブロッコリー、なす、しめじ、クリームコーン缶、たまねぎ、コーン缶、万能ねぎ
25 (月)	＜ 梨●登場 ＞ ソース焼きそば スープ ベイクドポテト 梨	ひじきご飯 牛乳	焼きそばめん、米、じゃがいも、油、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(ばら)、鶏ひき肉、油揚げ	なし、たまねぎ、もやし、キャベツ、にんじん、しめじ、ピーマン、えだまめ、ひじき、カットわかめ、あおのり
26 (火)	＜ 旬の魚を召し上がれ ＞ ご飯 アジのかば焼き(0・1歳児：鮭の照り焼き) ブロッコリーのごま和え みそ汁 バナナ	クラッシュゼリー 牛乳	米、油、片栗粉、砂糖	牛乳、あじ、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ごま、いわし(煮干し)、さけ	バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、こまつな、しょうが
27 (水)	＜ 色も鮮やか塩麹炒め ＞ ご飯 夏野菜と豚肉の塩麹炒め かぼちゃの甘煮 梨	ピザトースト 牛乳	米、食パン、砂糖、米こうじ	牛乳、豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、ピザ用チーズ、ベーコン、いわし(煮干し)	かぼちゃ、なし、にんじん、たまねぎ、もやし、なす、赤ピーマン、ピーマン、カットわかめ
28 (木)	＜ 中華メニュー ＞ ご飯 麻婆豆腐 ナムル スープ パインアップル(0・1歳児：バナナ)	マカロニきなこ(乳児) 白玉きなこ(幼児) 牛乳	米、白玉粉、黒砂糖、砂糖、片栗粉、ごま油、油、マカロニ	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、絹ごし豆腐、淡色みそ、きな粉、ごま	バナナ、パインアップル、こまつな、もやし、にんじん、ねぎ、えのきたけ、コーン缶、グリーンピース(冷凍)、にんにく、カットわかめ
29 (金)	＜ さっぱりおろしダレのハンバーグ ＞ ご飯 和風ハンバーグ 焼きかぼちゃ みそ汁 バナナ	ビスケット(乳児) かりんとう、小魚(幼児) せんべい ジョア	米、パン粉、油	豚ひき肉、いわし(煮干し)、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、凍り豆腐	バナナ、かぼちゃ、たまねぎ、なす、だいこん、にんじん

*食材の購入などの都合により、献立を一部変更することがあります。



今月は、暑い日が続く中でも、食欲が出る献立をたくさん取り入れました！暑さに負けずたくさん食べて夏を乗り越えましょう！



《 平均栄養価 》		(おやつ含む)		1～2歳児
エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	食 塩
466kcal	20. 8g	12. 9g	345mg	1. 5g
エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	食 塩
543kcal	23. 8g	15. 1g	361mg	1. 7g

3歳児以上