

8月献立予定表

2025年

しんあい保育園(一般)

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ）			10時おやつ
				きいろ：熱と力になるもの	あか：血や肉や骨になるもの	みどり：体の調子を整えるもの	
1	金	ごはん ミニゼリー 豚肉のしょうが焼き トマトサラダ みそ汁	牛乳 フレンチトースト	米、食パン、砂糖、油	牛乳、豚肉(肩ロース)、◎卵、みそ、■油揚げ、生わかめ	トマト、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、しょうが	牛乳
2	土	たまごあんかけ丼 すまし汁 バナナ	牛乳 ■せんべい	米、片栗粉、砂糖、★焼ふ	牛乳、◎卵、★なると	バナナ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ、ねぎ	牛乳
4	月	ごはん ハンバーグ 切干大根煮 みそ汁	牛乳 あげばん	米、じゃがいも、■ロールパン、★パン粉、油、砂糖	牛乳、豚ひき肉、みそ、■油揚げ	たまねぎ、キウイフルーツ、にんじん、切り干しだいこん、しいたけ、葉ねぎ	牛乳
5	火	☆りんご組お楽しみ献立☆ わかめごはん あじのマリネ 三色ごま和え	牛乳 麩のラスク	米、砂糖、無塩バター、★焼ふ、片栗粉、油、バター、小麦粉、すりごま、ごま油	牛乳、あじ、みそ、■油揚げ、炊き込みわかめ	ほうれんそう、バナナ、もやし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、みかん缶、パイン缶、葉ねぎ	牛乳
6	水	■冷やし中華 ■あおのりポテト メロン	麦茶 きんぴらおにぎり	★ゆで中華めん、米、油、砂糖	◎錦糸卵、★ハム、あおのり	メロン、トマト、もやし、きゅうり、にんじん、ごぼう	牛乳
7	木	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ひじき煮 豚汁	牛乳 クリスタルゼリー	米、さといも、マーマレード、砂糖	牛乳、鶏もも肉、豚肉(肩ロース)、みそ、■油揚げ、ひじき	バナナ、だいこん、にんじん、ごぼう、葉ねぎ	牛乳
8	金	ごはん ■麻婆茄子 パンサンスー ■わかめスープ	牛乳 ゆでもちこし	米、砂糖、はるさめ、片栗粉、ごま油	牛乳、■絹ごし豆腐、豚ひき肉、◎錦糸卵、★ハム、赤みそ、生わかめ	オレンジ、とうもろこし、なす、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、コーン缶、しいたけ、しょうが、にんにく	カルシウム
9	土	■ハヤシライス ■キャベツのスープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリ、いんげん、コーン缶	牛乳
11	月	山の日					
12	火	ごはん ■酢鶏 切干大根のナムル かき玉汁	牛乳 かりんとうトースト	米、食パン、バター、砂糖、油、片栗粉、ごま油、ごま	牛乳、鶏もも肉、◎卵、生わかめ	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、だけのこ(ゆで)、しいたけ、ピーマン、切り干しだいこん、葉ねぎ、しょうが	牛乳
13	水	ごはん 鮭のパン粉焼き 納豆和え みそ汁	麦茶 ■カレーピラフ	米、★■卵不使用マヨネーズ、油、★パン粉	さけ、■挽きわり納豆、豚ひき肉、みそ、■油揚げ、かつお節	キウイフルーツ、ほうれんそう、だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、葉ねぎ、グリーンピース(冷凍)	牛乳
14	木	ごはん 千草焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 ■★アイスクリーム いちご・もも組：さつまいもと栗のタルト	米、★■卵不使用マヨネーズ、マカロニ、砂糖	牛乳、◎卵、鶏ひき肉、★なると、みそ、■油揚げ、生わかめ	バナナ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ほうれんそう、コーン缶、しいたけ	牛乳
15	金	ごはん ■八宝菜 春雨サラダ ■豆腐スープ	牛乳 お子さまビール	米、砂糖、はるさめ、片栗粉、ごま油、油、ごま	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、■絹ごし豆腐、★なると	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、だけのこ(ゆで)、しいたけ、いんげん、コーン缶、にら	牛乳
16	土	親子丼 みそ汁 バナナ	牛乳 ■せんべい	米、砂糖、片栗粉	牛乳、◎卵、鶏もも肉、みそ、生わかめ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、グリーンピース(冷凍)	牛乳

献立は、発注・仕入れにより、変更となる場合があります。ご了承ください。			
今月はりんご組の希望を入れました🍏			
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー	516 kcal	鉄 1.9 mg
	たんぱく質	18.8 g	カルシウム 205 mg
	脂質	16.4 g	ビタミンC 30 mg
	塩分	2.0 g	食物繊維 4 g

◎は卵と卵を使用した加工食品です。
★は乳・卵不使用の食品です。
■は大豆成分含有の献立です。(醤油・味噌・大豆油除く)

※家庭で食べ物による体調不良が疑われた場合は給食で提供されない食べ物でも、必ず園に伝えるようにお願いします。