

令和 7年 8月

予定献立表

日	曜	昼食		午後おやつ	
		献立名	主な食材	献立名	主な食材
1	金	麻婆春雨丼 五目ナムル 冬瓜とオクラのスープ 果物	米 押し麦 豚挽肉 春雨 長葱 人参 エリンギ きくらげ 砂糖 味噌 醤油 塩 片栗粉 ごま油 もやし きゅうり 油揚げ えのき 人参 ごま油 ごま 砂糖 醤油 酢 冬瓜 オクラ わかめ ガラ 塩	牛乳 塩焼きそば	牛乳 中華麺 海老 青梗菜 ニラ 人参 にんにく ガラ 塩
2	土	ピラフ ブロッコリーのポテトサラダ チキンスープ 果物	米 ベーコン 人参 玉葱 コーン いんげん バター コンソメ 塩 ブロッコリー ジャが芋 海老 マヨドレ 鶏肉 キャベツ 玉葱 ズッキーニ にんにく 塩	牛乳 お米de菓子	牛乳 お米de菓子
4 ・ 18	月	ごはん 回鍋肉 スティックサラダ 中華スープ 果物	米 豚肉 キャベツ ピーマン パプリカ 味噌 砂糖 醤油 大根 きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 塩 カニカマ 長葱 コーン ごま ガラ 塩	牛乳 コーンフレークバー	牛乳 コーンフレーク レーズン マシュマロ バター
5 ・ 19	火	サラダうどん 胡麻和え 果物	うどん 豚肉 キャベツ きゅうり 人参 トマト マヨドレ 砂糖 醤油 酢 小松菜 もやし パプリカ カニカマ ごま 砂糖 醤油	牛乳 色ごはん☆ 	牛乳 米 人参 しめじ ごぼう 油揚げ 鶏肉 こんにゃく 醤油
6 ・ 20	水	ごはん 魚または鶏肉のソテー(バーベキューソース) 切干大根のサラダ 洋風味噌汁 果物 	米 ⑥かじき ⑩鶏肉 玉葱 りんご にんにく 生姜 砂糖 醤油 酢 塩 切干大根 きゅうり 人参 かにかま 砂糖 醤油 酢 ごま油 コーン キャベツ もやし 味噌 豆乳	牛乳 カップヨーグルト ウエハース	牛乳 カップヨーグルト ウエハース
7 ・ 21	木	かしわのすき焼き丼☆  ほうれん草のなめこ和え 味噌汁 果物	米 玄米 白菜 長葱 しめじ えのき 焼き豆腐 砂糖 醤油 ほうれん草 きゅうり 人参 なめこ かつお節 醤油 なす 油揚げ 長葱 味噌	牛乳 茹でとうもろこし	牛乳 とうもろこし
8 ・ 22	金	ごはん ボークチャップ ひじきサラダ コンソメスープ 果物	米 豚肉 玉葱 砂糖 ソース ケチャップ ひじき もやし きゅうり 人参 砂糖 醤油 酢 キャベツ セロリ コーン コンソメ	牛乳 あげパン	牛乳 ぶどうパン 油 グラニュー糖
9 ・ 23	土	鶏そぼろ丼 ツナサラダ 味噌汁 果物	米 鶏挽肉 玉葱 人参 砂糖 醤油 ツナ缶 ブロッコリー きゅうり 人参 マヨドレ 醤油 厚揚げ しめじ 小葱 味噌	牛乳 ゼリー おせんべい	牛乳 ゼリー おせんべい
25	月	スタミナ丼 無限キャベツ 味噌汁 果物	米 十二穀 豚肉 にんにく 生姜 人参 もやし しめじ ニラ 味噌 砂糖 醤油 油 キャベツ 人参 パプリカ しらす ガラ ごま油 塩 なめこ 小松菜 大根 味噌	牛乳 塩昆布ポテト	牛乳 フライドポテト 塩昆布
12 ・ 26	火	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 七色お和え☆  清汁 果物	米 鶏肉 長葱 塩麴 生姜 ごぼう いんげん 人参 なす きゅうり 南瓜 ごま 味噌 砂糖 醤油 ほうれん草 豆腐 しめじ 醤油 塩	牛乳 メロンパン	牛乳 メロンパン
13 ・ 27	水	鮭ごはん 豆腐の葱味噌チーズ焼き 豚汁 果物	米 鮭フレーク 豆腐 小葱 チーズ 小麦粉 味噌 醤油 豚肉 大根 人参 ジャが芋 蓮根 ごぼう こんにゃく 長葱 味噌 ごま油	牛乳 マカロニペペロンチーノ	牛乳 マカロニ ピーマン 人参 ベーコン にんにく オリーブオイル 醤油 塩
14 ・ 28	木	ドライカレー 野菜のマリネ 果物	米 豚挽肉 玉葱 人参 レーズン はちみつ 小麦粉 カレー粉 醤油 ソース ケチャップ 塩 トマト 大根 きゅうり パプリカ パセリ 塩 砂糖 酢	牛乳 フルーツポンチ	牛乳 ジュース 寒天 砂糖 バナナ みかん缶 バイン缶 もも缶
15	金	ナポリタン えびポテサラダ チキンスープ 果物 (誕生会)	パスタ ウインナー 人参 玉葱 ピーマン チーズ ケチャップ エビ ジャが芋 人参 いんげん コーン マヨドレ 塩 鶏肉 大根 わかめ ガラ 塩	牛乳 レモンケーキ	牛乳 小麦粉 BP 砂糖 卵 バター レモン
29	金	ごはん レバーの香り揚げ やみつきのえのき 味噌汁 果物	米 レバー 生姜 ピーマン ごま油 片栗粉 醤油 砂糖 油 ほうれん草 えのき 人参 にんにく ごま油 砂糖 醤油 ガラ 南瓜 青梗菜 ニラ 味噌	牛乳 半夏生餅☆ 	牛乳 もち米 押し麦 ごまきなこ 砂糖
16 ・ 30	土	ひじきごはん キャベツナサラダ 味噌汁 果物	米 鶏肉 ひじき 人参 白滝 油揚げ グリンピース 砂糖 醤油 キャベツ ツナ缶 きゅうり コーン 砂糖 酢 塩 油 なす 豆腐 長葱 味噌	牛乳 ポリコーン	牛乳 ポリコーン

※献立表には記載していませんが、乳児クラスは午前おやつに牛乳を飲みます。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※今月の果物は「スイカ・梨・オレンジ・バナナ・グレープフルーツ」を予定しています。

<今月の平均栄養価>

乳児	幼児
エネルギー: 481Kcal	エネルギー: 568Kcal
タンパク質: 19.0g	タンパク質: 22.1g
脂質: 14.7g	脂質: 16.8g



今月の地域は「なら県」です
☆かしわのすき焼き ☆七色お和え
☆色ごはん ☆半夏生餅

鹿や大仏で有名な奈良県。かつて日本の都であり、歴史的な社寺が多く存在します。