

令和7年8月予定献立表

未満児

日付	1日	2日				
午前おやつ	ビスケット 牛乳					
昼食	ホキのポテト焼き ほうれん草のソテー (ほうれん草、ウィンナー、玉ねぎ、ピーマン) みそ汁 (油揚げ、しいたけ、長ねぎ) グレープフルーツ					
午後おやつ	◎みかんマフィン 麦茶					
	エネルギー：403kcal脂質：11.7g たんばく質：16.6g塩分：1.0g					
日付	4日	5日★地産地消★	6日	7日	8日	9日
午前おやつ	野菜ジュース	ビスコ 麦茶	せんべい 麦茶	りんごジュース	ジョア	
昼食	ミートボールのトマトソース掛け (玉ねぎ、しめじ、ピーマン) 春雨サラダ (胡瓜、春雨、人参、カニカマ) 野菜スープ (ほうれん草、人参、大根) ブルーチェ	野菜炒め (豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ) かぼちゃの甘煮 すまし汁 (わかめ、おつゆ、白菜) すいか	冷やしチキンポア (鶏肉、玉ねぎ、じゃがいも、トマト、長ねぎ) じゃが芋チップ炒め (ウィンナー、じゃがいも、玉ねぎ、いんげん) オレンジ	白身魚フライ 豆菜サラダ (チンゲン菜、キャベツ、カニカマ) ほうれん草スープ (玉ねぎ、ほうれん草、南瓜) ゼリー	鶏肉の香味焼き (鶏肉、長ねぎ) 蒸し野菜 (ブロッコリー、とうもろこし) 根菜汁 (大根、ごぼう、人参) すいか	
午後おやつ	◎きなこ棒 牛乳	◎メロンパントースト 牛乳	◎ごまちゃんずこう 牛乳	◎マシュマロフレック 牛乳	◎バナナケーキ 牛乳	
	エネルギー：466kcal脂質：13.8g たんばく質：18.1g塩分：1.3g	エネルギー：423kcal脂質：15.0g たんばく質：15.1g塩分：0.9g	エネルギー：441kcal脂質：12.3g たんばく質：15.3g塩分：1.2g	エネルギー：478kcal脂質：8.8g たんばく質：11.8g塩分：1.4g	エネルギー：451kcal脂質：9.2g たんばく質：21.4g塩分：1.1g	
日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
午前おやつ		ヨーグルト	クラッカー 麦茶	りんごジュース	ヨーグルト	
昼食		煮込みハンバーグ (玉ねぎ、しめじ、えのき) 南瓜サラダ (南瓜、胡瓜) コンソメスープ (キャベツ、ベーコン、豆腐) グレープフルーツ	鶏肉の塩こうじ焼き わかめごまサラダ (わかめ、ツナ、キャベツ、人参) すまし汁 (蒲鉾、白菜、人参) ゼリー	お弁当♪ 	お弁当♪ 	
午後おやつ		おからの実かりんどう 麦茶	ビスケット 牛乳	せんべい 野菜ジュース	ウエハース 牛乳	
		エネルギー：450kcal脂質：15.5g たんばく質：13.3g塩分：1.8g	エネルギー：411kcal脂質：12.1g たんばく質：14.9g塩分：1.2g			
日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
午前おやつ	りんごジュース	ゼリー	せんべい 牛乳	ビスコ 麦茶	ジョア	
昼食	鶏肉のさっぱり炒め (玉ねぎ、鶏肉) スパゲティサラダ (キャベツ、人参、胡瓜) みそ汁 (ナス、油揚げ、わかめ) オレンジ	スタミナ炒め (豚肉、キャベツ、人参、ニラ) 磯部揚げ みそ汁 (油揚げ、ほうれん草、えのき) バナナ	スパニッシュオムレツ (卵、ベーコン、玉ねぎ、じゃがいも、ピーマン) 海藻サラダ (わかめ、胡瓜、ツナ、コーン) みそ汁 (小松菜、油揚げ、しめじ) グレープフルーツ	ピザチキン マゼドアンサラダ (じゃがいも、胡瓜、コーン) 夏野菜スープ (ナス、ベーコン、おくら) ゼリー	サバの味噌煮 枝豆コーンソテー (枝豆、玉ねぎ、コーン) みそ汁 (もやし、わかめ、長ねぎ) 梨	
午後おやつ	◎お昼ラスク 牛乳	◎ドロップクッキー 牛乳	◎ヨーグルトスコーン 麦茶	◎シュガートースト 牛乳	◎レモンマフィン 麦茶	
	エネルギー：450kcal脂質：17.1g たんばく質：14.4g塩分：1.3g	エネルギー：485kcal脂質：15.5g たんばく質：12.2g塩分：1.2g	エネルギー：465kcal脂質：19.9g たんばく質：17.2g塩分：1.6g	エネルギー：470kcal脂質：16.6g たんばく質：15.4g塩分：1.2g	エネルギー：470kcal脂質：15.2g たんばく質：20.9g塩分：1.6g	
日付	25日	26日	27日★地産地消★	28日	29日	
午前おやつ	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	ゼリー	ビスケット 牛乳	りんごジュース	
昼食	ナス味噌炒め (ナス、豚肉、人参、玉ねぎ) ほうれん草ソテー (ほうれん草、ピーマン、ウィンナー、玉ねぎ) みそ汁 (里芋、わかめ、白菜) ブルーチェ	ホットドッグ (ソーセージ、ウィンナー、キャベツ、ツナ、醤油) 厚焼き玉子 ブロッコリーサラダ (ブロッコリー、もやし) メロン 牛乳	五目うす煮 (ひき肉、筍、白ネギ、玉ねぎ、しいたけ、人参、長ねぎ) 茹でとうもろこし 切干大根サラダ (切干大根、ほうれん草) 梨	夏やさいカレー (鶏肉、玉ねぎ、ナス、パプリカ、ピーマン) マカロニサラダ (マカロニ、白菜、胡瓜) オレンジ	タコライス (ひき肉、玉ねぎ、キャベツ、トマト) ズッキーニソテー (ズッキーニ、ウィンナー、人参、ピーマン) ころころ野菜スープ (玉ねぎ、じゃがいも、グリーンピース) すいか	
午後おやつ	◎マシュマロドロップクッキー 麦茶	◎おかおにぎり 麦茶	◎シュガートースト 牛乳	◎マーマレードマフィン 麦茶	ゼリー カルシウムせんべい	
	エネルギー：476kcal脂質：17.9g たんばく質：17.0g塩分：1.2g	エネルギー：477kcal脂質：17.1g たんばく質：15.1g塩分：1.4g	エネルギー：461kcal脂質：13.7g たんばく質：13.3g塩分：0.5g	エネルギー：467kcal脂質：17.7g たんばく質：12.9g塩分：1.1g	エネルギー：429kcal脂質：11.0g たんばく質：14.7g塩分：1.1g	

3歳未満児…エネルギー 461kcal (467) たんばく質 16.0g (19.8) 脂質 14.1g (13.0) 塩分 1.1g (1.4)
3歳以上児…エネルギー 535kcal (574) たんばく質 19.0g (24.4) 脂質 16.3g (15.9) 塩分 1.6g (1.5)

※都合により一部変更する場合があります。