

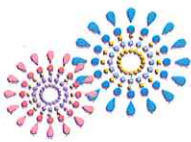
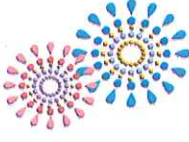
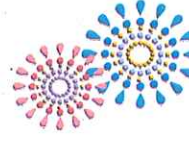


令和7年8月の予定献立表

※黄色い枠の日は、完全給食の日になっています



丸森ひまわりこども園 以上児

日付	1日					2日				
昼食	◎…手作りおやつ ごはんのいない日 6日、21日、28日				チーズハンバーグ キャベツのマヨ和え (ツナ、キャベツ、ブロッコリー、人参) コンソメスープ (玉ねぎ、コーン、ベーコン) パイナップル	豚そぼろと春雨の甘辛炒め (ひき肉、玉ねぎ、人参、春雨) わかめサラダ (わかめ、きゅうり、コーン) みそ汁 (高野豆腐、じゃがいも、切干大根) フルーツ				
午後おやつ					◎きなこクッキー 牛乳 エネルギー：592kcal 脂質：18.2g たんばく質：24.9g 塩分：1.7g	せんべい 牛乳 エネルギー：454kcal 脂質：14.0g たんばく質：16.0g 塩分：1.4g				
日付	4日					5日				
昼食	コロケ ちくわと小松菜のお浸し (ちくわ、小松菜、キャベツ) ワンタンスープ (ワンタン、玉ねぎ、人参、にら) ブルーチェ	豚肉と厚揚げ炒め (厚揚げ、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン) かぼちゃのマヨ焼き すまし汁 (わかめ、えのき、豆腐) バナナ	豚しゃぶうどん (うどん、豚肉、きゅうり、オクラ、コーン) さつま揚げと切干大根の煮物 (さつま揚げ、切干大根、人参、小松菜) オレンジ	アジのカレーマヨ焼き ブロッコリーサラダ (ブロッコリー、コーン、人参) コンソメスープ (玉ねぎ、じゃがいも、いんげん) 手作りゼリー	豚肉のしょうが焼き (豚肉、玉ねぎ) 茹でとうもろこし 根菜汁 (大根、ごぼう、人参) ずいか	豚ひき肉の炒め物 (ひき肉、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン) じゃがいも煮 (じゃがいも、人参) みそ汁 (油揚げ、ねぎ、しめじ) ゼリー				
午後おやつ	◎お昼ラスク 牛乳 エネルギー：492kcal 脂質：13.6g たんばく質：13.1g 塩分：2.0g	◎プリン エネルギー：473kcal 脂質：16.7g たんばく質：18.0g 塩分：1.3g	◎ケチャップライス 麦茶 エネルギー：432kcal 脂質：11.9g たんばく質：14.9g 塩分：1.4g	カルシウムせんべい 麦茶 エネルギー：458kcal 脂質：8.1g たんばく質：16.4g 塩分：1.4g	◎ピーチマフィン 牛乳 エネルギー：536kcal 脂質：15.2g たんばく質：18.8g 塩分：1.1g	ビスケット 牛乳 エネルギー：465kcal 脂質：13.0g たんばく質：16.7g 塩分：1.5g				
日付	11日					12日				
昼食		肉団子の野菜あん (肉団子、玉ねぎ、人参) ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、もやし) みそ汁 (高野豆腐、小松菜、ねぎ) オレンジ	マーボーなす (厚揚げ、ひき肉、玉ねぎ、なす) 和風かぼちゃサラダ (かぼちゃ、ひじき、いんげん) すまし汁 (蒲鉾、しいたけ、人参) バナナ	お弁当		お弁当		お弁当		
午後おやつ		おからの実かりんとう 牛乳 エネルギー：548kcal 脂質：16.8g たんばく質：19.4g 塩分：1.5g	ぼたぼた焼き 牛乳 エネルギー：505kcal 脂質：19.6g たんばく質：16.1g 塩分：1.5g	ビスケット 牛乳 エネルギー：100kcal 脂質：5.4g たんばく質：4.5g 塩分：0.1g		カルシウムせんべい 麦茶 エネルギー：15kcal 脂質：0g たんばく質：0.1g 塩分：0.1g		ゼリー エネルギー：40kcal 脂質：0g たんばく質：0g 塩分：0.1g		
日付	18日					19日				
昼食	から揚げ マカロニサラダ (ツナ、マカロニ、きゅうり、人参) みそ汁 (わかめ、玉ねぎ、しめじ) 手作りゼリー	ふりかけ ツナオムレツ (卵、ツナ、玉ねぎ、人参、チーズ) フレンチサラダ (キャベツ、きゅうり、人参) つぶつぶ豆乳スープ (ベーコン、ブロッコリー、玉ねぎ、ピーマン) バナナ	豚肉の甘酢炒め (豚肉、玉ねぎ、ピーマン) もやしの塩昆布和え (もやし、きゅうり、人参) みそ汁 (鮎、大根、ねぎ) パイナップル	食パン ピザチキン (鶏肉、ピーマン) マセドアンサラダ (じゃがいも、きゅうり、人参) コンソメスープ (玉ねぎ、コーン、オクラ) ピーチヨーグルト	さわらの西京焼き きんぴらごぼう (ごぼう、人参、いんげん、ひき肉) すまし汁 (豆腐、わかめ、えのき) ずいか	肉じゃが (豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参) ブロッコリーのごま和え (ブロッコリー、コーン) みそ汁 (鮎、小松菜、しいたけ) フルーツ				
午後おやつ	◎ココアちんすこう 牛乳 エネルギー：619kcal 脂質：21.5g たんばく質：26.6g 塩分：1.7g	ばりんこ 麦茶 エネルギー：454kcal 脂質：17.4g たんばく質：18.6g 塩分：1.8g	◎ドロップクッキー 牛乳 エネルギー：515kcal 脂質：17.7g たんばく質：19.5g 塩分：1.3g	◎おかわおにぎり 麦茶 エネルギー：511kcal 脂質：14.1g たんばく質：20.5g 塩分：1.8g	◎レモンマフィン 牛乳 エネルギー：524kcal 脂質：19.7g たんばく質：18.6g 塩分：1.7g	せんべい 牛乳 エネルギー：419kcal 脂質：12.2g たんばく質：17.7g 塩分：1.4g				
日付	25日					26日				
昼食	豚肉のスタミナ炒め (豚肉、玉ねぎ、人参、にら) 納豆 みそ汁 (里芋、ほうれん草、油揚げ) ブルーチェ	甘辛肉団子 春雨サラダ (きゅうり、春雨、人参、蒲鉾) わかめスープ (わかめ、ねぎ、コーン) オレンジ	★お楽しみクッキング★ 鶏肉の塩こうじ焼き フライドポテト 具沢山汁 (大根、人参、里芋、小松菜、高野豆腐) 手作りゼリー	冷やしチキンフォー (フォー、蒸し鶏、もやし、トマト、ねぎ) じゃがいものケチャップ炒め (ひき肉、じゃがいも、ブロッコリー) ロールケーキ	夏野菜カレー (鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、なす、ピーマン) コールスローサラダ (ハム、キャベツ、きゅうり、コーン) パイナップル 麦茶	豆腐のうま煮 (ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、小松菜) 蒲鉾とキャベツの和え物 (蒲鉾、ひじき、キャベツ) みそ汁 (えのき、ねぎ、大根) フルーツ				
午後おやつ	◎スノーボール 牛乳 エネルギー：599kcal 脂質：23.9g たんばく質：22.2g 塩分：1.1g	◎シュガートースト 牛乳 エネルギー：485kcal 脂質：13.3g たんばく質：16.2g 塩分：1.7g	◎コーンフレークおこし 牛乳 エネルギー：574kcal 脂質：21.2g たんばく質：18.5g 塩分：1.6g	◎わかめおにぎり 麦茶 エネルギー：509kcal 脂質：6.3g たんばく質：17.7g 塩分：1.4g	ガリガリ君 エネルギー：450kcal 脂質：11.4g たんばく質：10.9g 塩分：1.4g	ビスケット 牛乳 エネルギー：434kcal 脂質：13.1g たんばく質：17.0g 塩分：1.5g				

3歳未満児…エネルギー 481kcal(467) たんばく質 19.9g(19.8) 脂質 14.7g(13.0) 塩分 1.3g(1.4)
3歳以上児…エネルギー 553kcal(574) たんばく質 21.1g(24.4) 脂質 16.8g(15.9) 塩分 1.5g(1.5)
※()内は給食メニュー標準値です。 栄養価にごはんも含まれています。

※割合により一部変更する場合があります。