



8月給食献立表



令和7年度

認定こども園八代保育園

| 曜日 | 日 | 献立名 | 以上児のみ ①エネルギー ②たんぱく質 ③脂質 ④塩分 | エネルギー源 | 体を作る | 体の調子を 整える | 調味料 | おやつ ★…手作り | 未満児(1~2歳児) | | |
|----|---------------|--|---|---------------------------------|-------------------------|--|-------------------------------|-----------------------------|-------------|-------------------|-------------------|
| | | | | | | | | | 午前おやつ | 午後おやつ | |
| 月 | 4 18 | ごはん あじフライ 鶏の唐揚げ 塩昆布サラダ けんちん汁 | ① 450kcal ② 22.9g ③ 10.1g ④ 1.7g | 米 油 片栗粉 ごま油 | 鶏肉 塩昆布 油揚げ 煮干し | きゅうり キャベツ もやし 人参 ごぼう 長葱 大根 小松菜 | しょうゆ 酒 塩 和風だし | 麦茶 ★ツツカ ココアパン | 牛乳 パイ | 麦茶 ★ツツカココアパン | |
| 火 | 5 19 | なすのミートソースパスタ ベーコンサラダ バナナ | ① 414kcal ② 16.9g ③ 11.6g ④ 0.8g | パスタ 油 三温糖 | 鶏肉 ベーコン | 人参 玉葱 なす ほうれん草 レタス トマト きゅうり しめじ サニーレタス バナナ | 塩 酢 ケチャップ 鶏ガラだし しょうゆ | 麦茶 ★トマト 蒸しパン | 牛乳 卵ボーロ | 麦茶 ★トマト蒸しパン | |
| 水 | 6 20 | ごはん あじフライ 鮭のコーン焼き オクラのおかか和え コンソメスープ | ① 452kcal ② 18.1g ③ 10.7g ④ 1.2g | 米 じゃが芋 | 鶏肉 かつお節 | コーン缶 オクラ キャベツ もやし 人参 玉葱 ほうれん草 | 塩 しょうゆ 和風だし コンソメ | 麦茶 ヨーグルト クラッカー | 牛乳 クッキー | 麦茶 ヨーグルト クラッカー | |
| 木 | 7 21 | 7日 わかめごはん 21日 ゆかりごはん チンジャオロース チョレギサラダ 豆腐と卵のスープ | ① 416kcal ② 19.5g ③ 7.5g ④ 1.0g | 米 三温糖 ごま ごま油 | 豚肉 海苔 木綿豆腐 卵 | 人参 玉葱 ピーマン トマト 筍 サニーレタス きゅうり レタス もやし キャベツ ほうれん草 | しょうゆ 酒 塩 中華だし 鶏ガラだし | 麦茶 ★もちもち 人参ボール | 牛乳 せんべい | 麦茶 ★もちもち人参ボール | |
| 金 | 1 22 | 中華丼(麦ごはん) チョップドサラダ ナゲット | ① 545kcal ② 23.8g ③ 13.9g ④ 1.5g | 米 押し麦 油 三温糖 マヨネーズ じゃが芋 | 豚肉 かまぼこ ナゲット | 人参 玉葱 白菜 椎茸 小松菜 筍 トマト キャベツ きゅうり | 中華だし しょうゆ 酒 酢 | スライス オレンジ ビスケット 小魚 | 牛乳 クラッカー | 牛乳 オレンジ ビスケット | |
| 土 | 2 16 30 | 魚のフライ サラダ 野菜スープ | ★お誕生日会メニュー(8日) ♪夏野菜そうめん ♪かしわ天 ♪海の幸サラダ おやつ ♪麦茶 ♪メロンゼリーシャーベット | | | | | | | 牛乳 おせんべい | 麦茶 果物 ビスケット |
| 月 | 25 | ごはん あじフライ 卵サラダ 具だくさん豚汁 | ① 501kcal ② 20.8g ③ 15.7g ④ 1.6g | 米 油 三温糖 マヨネーズ じゃが芋 | あじフライ 卵 豚肉 味噌 煮干し | レタス トマト 人参 きゅうり 大根 ごぼう キャベツ 長葱 もやし | ソース 塩 酢 和風だし | 麦茶 ★帽子パン | 牛乳 ウエハース | 麦茶 ★帽子パン | |
| 火 | 12 26 | おざら チーズサラダ オレンジ | ① 406kcal ② 17.4g ③ 11.5g ④ 2.0g | ほうとう麺 油 | 豚肉 油揚げ 煮干し チーズ | ごぼう 大根 白菜 人参 長葱 トマト レタス きゅうり サニーレタス オレンジ しめじ | 和風だし しょうゆ 酢 塩 | 麦茶 ★フルーチェ (ぶどう) | 牛乳 クラッカー | 麦茶 ★フルーチェ(ぶどう) | |
| 水 | 13 27 | ごはん 鶏のレモン煮 竹輪サラダ わかめスープ | ① 445kcal ② 24.7g ③ 5.2g ④ 1.6g | 米 ごま油 ごま 片栗粉 三温糖 | 鶏肉 竹輪 わかめ | 玉葱 人参 キャベツ トマト きゅうり コーン缶 長葱 もやし | レモン汁 しょうゆ 塩 酢 中華だし | スライス ミニゼリー パイ | 牛乳 ビスケット | 牛乳 パイ ミニゼリー | |
| 木 | 14 28 | ロールパン 鶏つくね オーロラサラダ ミネストローネ | ① 474kcal ② 19.4g ③ 16.3g ④ 1.6g | ロールパン 三温糖 マヨネーズ じゃが芋 | 鶏肉 木綿豆腐 ベーコン | 玉葱 人参 きゅうり レタス トマト サニーレタス キャベツ 小松菜 トマト缶 | 和風だし 塩 ケチャップ コンソメ | 麦茶 ★そぼろ おにぎり | 牛乳 せんべい | 麦茶 ★そぼろおにぎり | |
| 金 | 15 29 | 麦ごはん 夏野菜キーマカレー 味噌ドレッシングサラダ スクランブルエッグ | ① 496kcal ② 22.5g ③ 11.8g ④ 2.0g | 米 押し麦 じゃが芋 三温糖 | 豚肉 味噌 卵 | 玉葱 人参 なす トマト缶 ズッキーニ レタス トマト きゅうり サニーレタス | カレールー ソース 酢 ケチャップ | スライス すいか おせんべい 小魚 | 牛乳 卵ボーロ | 牛乳 すいか おせんべい | |
| 土 | 9 23 | ハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁 | ★今月のクッキングはお休みです◎ 🍷 来月のクッキングは桃B組「サンドイッチ作り」 桃A組、梅組「さつま芋パン作り」を行います 🍷 お楽しみに♪ | | | | | | | 牛乳 せんべい | 麦茶 ゼリー クッキー |

※都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

★手作りおやつ

※多くの夏野菜には、体の熱を取り、余分な水分を排出する作用があります



★8月使用の旬の食材…なす、きゅうり、トマト、ズッキーニ、すいか、おくら、ぶどう