



8月予定および献立表



2025年7月18日
立売堀敬愛保育園

日曜日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
1	金	シーツ交換 (りす・いぬ)	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、生姜、酒、みりん、醤油、三温糖、サラダ油 じゃが芋、ツナ、胡瓜、コーン、人参、マヨドレ、塩、三温糖 油揚げ、玉葱、南瓜、青ねぎ、味噌	●シナモン揚げパン ●牛乳 NEGロール、シナモン、 グラニュー糖、サラダ油
2	土		ラーメン ブロッコリーサラダ フルーツ/ゼリー	中華麺、豚肉、人参、蒲鉾、玉葱、もやし、わかめ、コーン、青ねぎ、鶏がら、醤油、酒 ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、人参、酢、サラダ油、塩、醤油 黄桃缶/ミニゼリー	おからクッキー ●牛乳 HM、おから、上白糖、 サラダ油、豆乳
3	日				
4	月		鶏肉のマーマレード焼き/添野菜 ひじき煮 みそ汁	鶏肉、マーマレードジャム、醤油/ほうれん草、ポン酢、三温糖 ひじき、竹輪、人参、白滝、大豆、いんげん、サラダ油、みりん、三温糖、醤油 キャベツ、厚揚げ、青ねぎ、味噌	たしんヤカポテト ●牛乳 フライドポテト、サラダ 油、 顆粒出汁、塩
5	火		鮭の香味焼き/添野菜 胡麻和え けんちん汁	鮭、大葉、レモン汁、醤油、胡麻、酒、みりん、三温糖/ブロッコリー、マヨドレ ほうれん草、白菜、人参、蒲鉾、胡麻、みりん、醤油、三温糖 鶏肉、牛蒡、人参、大根、里芋、蒟蒻、青ねぎ、酒、醤油、塩	●南瓜蒸しパン ●牛乳 南瓜、HM、BP、シナモン、 三温糖、スキムミルク、牛乳
6	水		わかめご飯/肉じゃが キャベツとみかんのサラダ みそ汁	わかめ、酒、塩/豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、白滝、いんげん、みりん、酒、三温糖、醤油、サラダ油 キャベツ、みかん缶、胡瓜、レーズン、サラダ油、酢、塩、醤油 豆腐、茄子、小松菜、味噌	マカロニ、きな粉、三温 糖
7	木		焼肉 春雨サラダ みそ汁	牛肉、酒、玉葱、人参、ピーマン、しめじ、にんにく、生姜、サラダ油、味噌、醤油、みりん、三温糖、ウスターソース、林檍、胡麻 春雨、胡瓜、人参、もやし、カニカマ、酢、三温糖、醤油、胡麻油 大根、えのき、ほうれん草、味噌	フルーツ寒天、せんべい ●牛乳 寒天、三温糖、オレンジジュース、 林檍ジュース、フルーツカクテル
8	金		★●パン/フルーツ 豆と根菜のカレースープ ツナサラダ	パン/オレンジ 豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、大豆、牛蒡、パセリ、コンソメ、鶏がら、カレールウ ツナ、キャベツ、胡瓜、人参、酢、サラダ油、塩、醤油	鶏肉、干し椎茸、人参、生姜 油揚げ、酒、醤油、みり
9	土		炒飯 中華酢の物 わかめスープ	豚肉、人参、玉葱、小松菜、サラダ油、醤油、鶏がら、胡麻油 ハム、胡瓜、もやし、人参、酢、醤油、三温糖、胡麻油 豆腐、わかめ、鶏がら、醤油、酒	黒糖ちんすこう ●牛乳 薄力粉、黒糖、サラダ油
10	日				
11	月	山の日			
12	火		●トマトクリームスバゲティ ハムサラダ フルーツ	スバゲティ、ツナ、玉葱、人参、マッシュルーム、トマト缶、にんにく、オリーブ油、●牛乳、コンソメ、ケチャップ、三温糖、パセリ、上新粉 ハム、キャベツ、胡瓜、人参、コーン、酢、サラダ油、塩、醤油 パイン缶	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳 HM、BP、ヨーグルト、上白糖
13	水	ファミリー ウィーク	★●パン わかめスープ ゼリー	焼きそばドッグソーセージマヨ抜き(乳、小麦)、ミニメロンパン(卵、乳、小麦) わかめスープ ミニゼリー	せんべい ●牛乳
14	木		★●パン ●かぼちゃのポターージュ ゼリー	ウインナーコルネ(乳、小麦)、ミニアップルデニッシュ(卵、乳、小麦) かぼちゃのポターージュ ミニゼリー	●ミルククッキー ●牛乳
15	金		★●パン ●コーンポターージュ ゼリー	焼きそばドッグソーセージマヨ抜き(乳、小麦)、ミニストロベリーツイスト(卵、乳、小麦) コーンポターージュ ミニゼリー	●マリー ●牛乳
16	土		●パン わかめスープ ゼリー	ウインナーコルネ(乳、小麦)、オレンジピールラウンド(乳、小麦) わかめスープ ミニゼリー	せんべい ●牛乳
17	日				
18	月	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま)	★三色丼 コーンサラダ みそ汁	鶏肉、生姜、酒、みりん、三温糖、醤油、炒り卵、ほうれん草 コーン、キャベツ、人参、パセリ、酢、サラダ油、塩、醤油 厚揚げ、わかめ、青ねぎ、味噌	●マシュマロおこし ●牛乳 コーンフレーク、マシュマロ、 無塩バター

日曜日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
19	火	シーツ交換 (りす・いぬ)	ゆかりご飯/鯖の塩焼き ポン酢和え 豚汁	ゆかり/鯖、サラダ油、塩 蒲鉾、ほうれん草、白菜、人参、ポン酢、三温糖 豚肉、牛蒡、大根、さつま芋、人参、青ねぎ、味噌	豆腐ドーナツ ●牛乳 豆腐、HM、豆乳、きな粉、 三温糖、サラダ油
20	水		中華風ローストチキン/添野菜 ひじきマヨサラダ 白菜のトロトロスープ	鶏肉、生姜、にんにく、みりん、醤油、胡麻油、オイスターソース、酒、三温糖/ほうれん草、塩、サラダ油 ひじき、キャベツ、人参、胡瓜、コーン、ハム、酢、三温糖、塩、マヨドレ 白菜、人参、竹輪、チンゲン菜、生姜、鶏がら、酒、醤油、塩、胡麻油、片栗粉	★●キャロットケーキ ●牛乳 人参、薄力粉、鶏卵、BP、 有塩バター、スキムミルク
21	木		★冷やしうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ	うどん、トマト、胡瓜、豚肉、鯉糸卵、みりん、酒、三温糖、醤油 厚揚げ、鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、チンゲン菜、サラダ油、三温糖、醤油、カレー粉、片栗粉 みかん缶	玄米鮭おにぎり ●牛乳 玄米、鮭、塩、酒、胡麻
22	金	E～たいむ	豚肉のしぐれ煮 大豆サラダ みそ汁	豚肉、白滝、牛蒡、人参、いんげん、酒、みりん、三温糖、醤油、生姜 大豆、キャベツ、じゃこ、胡瓜、人参、酢、塩、醤油、三温糖 豆腐、えのき、青ねぎ、味噌	チキンナゲット ●牛乳 チキンナゲット
23	土		きのこの和風あんかけスバゲティ カニカマサラダ フルーツ/ゼリー	スバゲティ、サラダ油、鶏肉、玉葱、しめじ、えのき、塩、醤油、酒、みりん、片栗粉、海苔 カニカマ、人参、胡瓜、キャベツ、コーン、胡麻油、酢、醤油、塩 パイン缶/ミニゼリー	五平餅 ●牛乳 サラダ油、味噌、上白糖、 みりん、胡麻
24	日				
25	月		鶏肉の甘辛揚げ/添野菜 大根サラダ みそ汁	鶏肉、生姜、酒、片栗粉、サラダ油、三温糖、みりん、醤油、にんにく、胡麻/キャベツ、ゆかり 大根、人参、胡瓜、ツナ、ポン酢、三温糖、胡麻油 えのき、わかめ、小松菜、味噌	●青のリトースト ●牛乳 食パン、有塩バター、 にんにく、青のり
26	火	始業式	豚肉のオイスターソース炒め パンサンスウ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、生姜、オイスターソース、醤油、油 カニカマ、胡瓜、人参、もやし、酢、三温糖、醤油、胡麻油 油揚げ、茄子、青ねぎ、味噌	★●スイートプール ●牛乳 NEGロール、薄力粉、三温糖、 無塩バター、鶏卵
27	水	避難訓練 ビデオ会(うさぎ)	★●パン/フルーツ ミネストローネ じゃことひじきのサラダ	パン/パナナ 鶏肉、大豆、玉葱、人参、じゃが芋、ケチャップ、トマト缶、三温糖、サラダ油、パセリ、コンソメ、塩 じゃこ、ひじき、キャベツ、胡瓜、パプリカ、コーン、酢、サラダ油、醤油、三温糖	おはさ ●牛乳 もち米、こしあん、きな 粉、 三温糖、塩
28	木	誕生会 ビデオ会(りす) シーツ交換 (ひよこ・うさぎ・くま) E～たいむ きりん習字 ビデオ会(ひよこ) シーツ交換 (りす・いぬ)	夏野菜カレー コールスローサラダ ●ヨーグルト	豚肉、牛肉、玉葱、人参、茄子、じゃが芋、トマト、南瓜、にんにく、生姜、サラダ油、カレールウ キャベツ、コーン、人参、胡瓜、レーズン、酢、サラダ油、塩、醤油 ヨーグルト、上白糖	★●パースデーケーキ ●牛乳 スポンジケーキ、豆乳ホイップ、 上白糖、ココア、シナモン、粉糖 パナナ、黄桃缶、南瓜ペースト
29	金		カレイの唐揚げ/添野菜 おかか和え ワントンスープ	カレイ、生姜、酒、醤油、三温糖、片栗粉、サラダ油/ミニトマト かつお節、ほうれん草、白菜、人参、竹輪、みりん、醤油、三温糖 豚肉、餃子の皮、玉葱、干し椎茸、白菜、人参、にら、鶏がら、醤油、酒、胡麻油	お日様ゼリー ●リッツ ●牛乳 人参、林檍ジュース、寒天、 グラニュー糖、レモン汁
30	土		●チキンピラフ グリーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、無塩バター、コンソメ、塩 ブロッコリー、人参、コーン、キャベツ、酢、サラダ油、塩、醤油 じゃが芋、しめじ、パセリ、コンソメ、塩	★きなこホットケーキ ●牛乳 HM、鶏卵、豆乳、おから、 きな粉、サラダ油、三温糖
31	日				

- ・●は乳、★は卵を使用している献立です
(対象の食材を太字で表記しています)
- ・献立は仕入れ等の状況により若干変更する場合があります
- ・HM=ホットケーキミックス、BP=ベーキングパウダー
- ・合わせだしは、かつおと昆布を使用しています
- ・玄米は、りす組さんから提供します

朝おやつ・延長用おやつ
星たべよ、アンパンマンせんべい、源氏パイ、ぱりんこ
ばたばた焼き、リッツ、●ビスコ、●ミルククッキー
●ハーベスト、●マリー等を交互に提供します
延長用のおやつはアレルギーの無いものを提供します

今月の一人当たりの栄養素(3歳以

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	573	21.5	15.9	258	2.3	225	0.23	0.36	18	3.6	1.6未満
平均	570	21.2	17.3	274	2.0	243	0.34	0.47	23	4.7	1.6