



8月予定および献立表

令和7年7月18日
彩都宿久庄敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

| 日 | 曜日 | 行事 | 献立 | 材料 | おやつ |
|----|----|-----------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1 | 金 | | 豚肉の生姜焼き ●★マカロニサラダ 味噌汁 | 豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、きゅうり、人参、コーン、マカロニ、マヨネーズ かぼちゃ、油揚げ | 中華おこわ ●牛乳 |
| 2 | 土 | | チキンライス ブロッコリーサラダ きのこスープ | 鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、いんげん ブロッコリー、キャベツ、人参、コーン しめじ、えのき茸 | ●★どら焼き ●牛乳 |
| 3 | 日 | | | | |
| 4 | 月 | | きのこスパゲティ ●★ハムサラダ フルーツ | 鶏肉、玉ねぎ、しめじ、えのき茸、ほうれん草 ハム、キャベツ、人参、きゅうり、コーン 黄桃缶 | ●マシュマロおこし ●牛乳 |
| 5 | 火 | | 鮭の香味焼き おかか和え けんちん汁 | 鮭 ほうれん草、白菜、人参、竹輪 鶏肉、大根、人参、里芋、蒟蒻、ごぼう | ●きな粉揚げパン ●牛乳 |
| 6 | 水 | シーツ交換(いぬ) | わかめご飯 肉じゃが キャベツとみかんのサラダ 味噌汁 | わかめ、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しらたき、いんげん キャベツ、みかん缶、きゅうり、レーズン なす、豆腐、小松菜 | ●パイナップルケーキ ●牛乳 |
| 7 | 木 | シーツ交換(くま) | 鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ 味噌汁 | 鶏肉、キャベツ、ゆかり かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、春雨 えのき茸、大根、ほうれん草 | フルーツヨーグルト せんべい |
| 8 | 金 | | ●★パン フルーツ ●カレースープ じゃことひじきのサラダ | パン オレンジ 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、ごぼう、大豆、ルウ ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、コーン、パプリカ | 夕焼けおにぎり ●牛乳 |
| 9 | 土 | 家庭の日 | 豚肉のケチャップ炒め 中華風酢の物 わかめスープ | 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン もやし、きゅうり、人参 わかめ、豆腐 | ●シュガートースト ●牛乳 |
| 10 | 日 | | | | |
| 11 | 月 | 山の日 | | | |
| 12 | 火 | | 鶏肉のマーマレード焼き ひじき煮 味噌汁 | 鶏肉、ブロッコリー ひじき、大豆、人参、しらたき、竹輪、いんげん ほうれん草、油揚げ | フライドポテト ●牛乳 |
| 13 | 水 | ファミリーウィーク | ●★パン スープ ゼリー | パン スープ ゼリー | せんべい ●牛乳 |
| 14 | 木 | ファミリーウィーク | ●★パン スープ ●チーズ | パン スープ チーズ | ●クッキー●牛乳 |
| 15 | 金 | ファミリーウィーク | ●★パン スープ ゼリー | パン スープ ゼリー | せんべい ●牛乳 |
| 16 | 土 | ファミリーウィーク | ●★パン スープ ●チーズ | パン スープ チーズ | ●クッキー●牛乳 |
| 17 | 日 | | | | |

◆献立の内容は、仕入れの状況により、若干変更する場合があります。

◆アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

◆ハムには卵、乳が使用されています。

※6・7・8月は衛生上、毎週土曜日給食です。

| 日 | 曜日 | 行事 | 献立 | 材料 | おやつ |
|----|----|--------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 18 | 月 | | ★三色丼 ブロッコリーサラダ 味噌汁 | 鶏ミンチ、錦糸卵、いんげん ブロッコリー、コーン、ツナ わかめ、麩 | ●プリン クラッカー ●牛乳 |
| 19 | 火 | | 鯖の塩焼き ポン酢和え 豚汁 | 鯖 もやし ほうれん草、白菜、人参、竹輪 豚肉、人参、大根、ごぼう、さつまいも、油揚げ、青ねぎ | ●チーズサンド ●牛乳 |
| 20 | 水 | 習字(きりん) 避難訓練 | 中華風ローストチキン ●★ひじきマヨサラダ 白菜のトロトロスープ | 鶏肉、玉ねぎ ハム、ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ 白菜、人参、青梗菜、竹輪 | ●シリアルクッキー ●牛乳 |
| 21 | 木 | | ゆかりご飯 豚肉のしぐれ煮 大豆サラダ 味噌汁 | ゆかり 豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、きゅうり、人参 豆腐、えのき | ★お好み焼き ●牛乳 |
| 22 | 金 | | ●★パン ミネストローネ ツナサラダ フルーツ | パン 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、大豆、トマト缶 ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、コーン パイン缶 | 鯖缶の炊き込みご飯 |
| 23 | 土 | 家庭の日 | 豚肉のプルコギ ナムル みそ汁 | 豚肉、玉ねぎ、人参、春雨、青梗菜 ささみ、ほうれん草、人参、もやし 豆腐、油揚げ、青ねぎ | ●フルーツサンド ●牛乳 |
| 24 | 日 | | | | |
| 25 | 月 | | 鶏肉のごま風味焼き ●★切り干し大根サラダ 味噌汁 | 鶏肉、胡麻ペースト、キャベツ、ゆかり ハム、切り干し大根、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ えのき、わかめ、小松菜 | ●青のりトースト ●牛乳 |
| 26 | 火 | 誕生会 | ●夏野菜カレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト | 合挽きミンチ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、かぼちゃ、なす、トマト缶、ルウ キャベツ、パイン缶、きゅうり、レーズン ヨーグルト | ●★バースディケーキ ●牛乳 |
| 27 | 水 | シーツ交換(いぬ) | 豚肉のオイスターソテー ★ばんさんすう 味噌汁 | 豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン かにかまぼこ、もやし、人参、きゅうり、錦糸卵 なす、油揚げ、青ねぎ | ●お麩ラスク ●牛乳 |
| 28 | 木 | 給食試食会 シーツ交換(くま) | 鱈の南蛮漬け 胡麻和え みそ汁 | あじ、人参、玉ねぎ、ピーマン ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ 豆腐、しめじ、青ねぎ | マカロニきな粉 ●牛乳 |
| 29 | 金 | | ●★冷やしうどん 厚揚げのカレー煮 フルーツ | 焼き豚、きゅうり、トマト、錦糸卵、うどん 鶏ミンチ、厚揚げ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、いんげん バナナ | いなり寿司 |
| 30 | 土 | | ●クリームスパゲティ コーンサラダ フルーツ | 鶏肉、玉ねぎ、人参、しめじ、ほうれん草、ルウ、牛乳、スパゲティ キャベツ、人参、きゅうり、コーン パイン缶 | ●★チーズホットケーキ ●牛乳 |
| 31 | 日 | | | | |

今月の一人当たりの栄養素量(3歳児以上)

| | 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 | 565 | 21.2 | 15.7 | 258 | 2.2 | 215 | 0.22 | 0.34 | 17 | 3.4 | 1.5未満 |
| 平均 | 569 | 19.5 | 17.2 | 242 | 2 | 200 | 0.38 | 0.42 | 18 | 4.1 | 1.6 |