

2025年8月給食献立表～乳児～

たかがみねこども園

日	曜日	献立名		栄養価	使っている主な材料			
		昼食	3時のおやつ		赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	おやつ材料
1	金	麦ごはん ホキのフライ キャベツのツナ和え 味噌汁	きな粉おにぎり お茶	エネルギー 461kcal 蛋白質 15.8g 脂質 9g	ホキ ツナ缶 厚あげ、味噌	キャベツ、人参、いんげん 小松菜	米、押麦 小麦粉、パン粉、キャノーラ油 きび砂糖	米、きな粉、きび砂糖 お茶
2	土	ふりかけごはん 冷やしそうめん 竹輪のマヨ醤油炒め オレンジ	マリー 牛乳	エネルギー 472kcal 蛋白質 12.9g 脂質 10.1g	きざみあげ、わかめ ちくわ	ゆかり 人参 人参 オレンジ	米 そうめん、きび砂糖、きび砂糖 マヨドレ、キャノーラ油	マリー 牛乳
4	月	ハヤシライス マカロニサラダ チーズ	ピーチヨーグルト エースコイン お茶	エネルギー 514kcal 蛋白質 13.4g 脂質 14.2g	牛肉 ハム チーズ	じゃがいも、人参、たまねぎ、パセリ キャベツ、きゅうり	米、キャノーラ油、ハヤシルウ、ハヤシルウ マカロニ、マヨドレ	ヨーグルト、きび砂糖、黄桃缶 エースコイン お茶
5	火	わかめごはん 蒸し鶏のごまだれかけ ブロッコリーのおかか和え すまし汁	プレーンチーースト 牛乳	エネルギー 434kcal 蛋白質 18.6g 脂質 11.4g	わかめごはんの素 鶏肉、味噌 糸かつお	キャベツ、コーン、人参 ブロッコリー、人参 オクラ	米 マヨドレ、白すりごま、きび砂糖、ごま油 きび砂糖 麩	食パン、牛乳、卵、きび砂糖 牛乳
6	水	ごはん さばの味噌煮 切干大根煮 すまし汁	すいか ばりんこ 牛乳	エネルギー 472kcal 蛋白質 20.9g 脂質 16.6g	サバ、赤みそ きざみあげ 豆腐	土生姜 切干大根、人参、いんげん 小松菜	米 きび砂糖 キャノーラ油、きび砂糖	すいか ばりんこ 牛乳
7	木	冷麺 シュウマイの磯辺揚げ バナナ	洋風おにぎり お茶	エネルギー 435kcal 蛋白質 13.9g 脂質 8.3g	きざみ、錦糸卵、かに、かま、わかめ シュウマイ、青のり粉	きゅうり バナナ	中華そば、きび砂糖、ごま油、白すりごま 天ぷら粉、キャノーラ油	米、たまねぎ、ウインナー、人参 ピーマン、キャノーラ油、ブイヨン うすくちしょうゆ、塩 お茶
8	金	ごはん 鮭のムニエル ポテトサラダ チンゲン菜スープ	りんごゼリー 動物ビスケット お茶	エネルギー 357kcal 蛋白質 9.5g 脂質 7.6g	鮭 刻みのり	じゃがいも、人参、ブロッコリー、コーン ちんげん菜、たまねぎ	米 小麦粉、大豆バター マヨドレ	アップルジュース、水、さとう、アガー 60cc丸カップ たべっこどうぶつバター お茶
9	土	肉炒め丼 春雨サラダ 具だくさん味噌汁	ぼたぼた焼き 牛乳	エネルギー 495kcal 蛋白質 17g 脂質 8.1g	豚肉 豆腐、味噌	キャベツ、たまねぎ、人参、土生姜 人参、きゅうり 小松菜、人参、青ねぎ	米、キャノーラ油、きび砂糖 春雨、きび砂糖、ごま油	ぼたぼた焼 牛乳
12	火	麦ごはん ホキのカレー風味揚げ いんげんのごま和え 味噌汁	ココアクッキー 牛乳	エネルギー 493kcal 蛋白質 16.3g 脂質 16.9g	ホキ きざみあげ、わかめ、味噌	いんげん、キャベツ、人参 たまねぎ	米、押麦 天ぷら粉、キャノーラ油 白すりごま、きび砂糖	小麦粉、きび砂糖、大豆バター、豆乳 ココア 牛乳
13	水	アマランサスごはん 鶏肉の照り焼き ひじきの五目煮 味噌汁	金魚すくいゼリー シロップ ばりんこ お茶	エネルギー 392kcal 蛋白質 12.8g 脂質 9.6g	鶏肉 ひじき、大豆、きざみあげ 味噌	南瓜 人参、いんげん ほうれん草、大根	米、アマランサス きび砂糖、片栗粉 きび砂糖、キャノーラ油	ハイン缶、水、アガー さとう オレンジジュース、水、さとう、粉寒天 さとう、レモン汁、レモン、水 ばりんこ お茶
18	月	ビーフカレー スパゲティサラダ ハイン缶	いちごアイス ぼんち揚げ お茶	エネルギー 537kcal 蛋白質 10.8g 脂質 16.4g	牛肉 ウインナー 豆腐	じゃがいも、人参、たまねぎ グリーンアスパラ、人参 ハイン缶	米、カレールウ、キャノーラ油 スパゲティ、マヨドレ	アイス風デザート ぼんち揚げ お茶
19	火	わかめごはん 蒸し鶏のごまだれかけ ブロッコリーのおかか和え すまし汁	シュガートースト 牛乳	エネルギー 469kcal 蛋白質 17.6g 脂質 13.6g	わかめごはんの素 鶏肉、味噌 糸かつお	キャベツ、コーン、人参 ブロッコリー、人参 オクラ	米 マヨドレ、白すりごま、きび砂糖、ごま油 きび砂糖 麩	NEOバターロール、きび砂糖、大豆バター 牛乳
20	水	ごはん さばの味噌煮 切干大根煮 すまし汁	ポカリゼリー エースコイン お茶	エネルギー 387kcal 蛋白質 12.3g 脂質 8.8g	サバ、赤みそ きざみあげ 豆腐	土生姜 切干大根、人参、いんげん 小松菜	米 きび砂糖 キャノーラ油、きび砂糖	ポカリスエット、水、さとう、アガー 黄桃缶、60cc丸カップ エースコイン お茶
21	木	*お誕生会メニュー* ツナピラフ 鮭のムニエル ポテトサラダ チンゲン菜スープ	豆腐ドーナツ 牛乳	エネルギー 497kcal 蛋白質 15.4g 脂質 15.5g	ツナ缶 鮭 刻みのり	たまねぎ、コーン、人参、パセリ じゃがいも、人参、きゅうり、コーン ちんげん菜、たまねぎ	米、キャノーラ油 小麦粉、大豆バター マヨドレ	小麦粉、豆腐、水、きび砂糖 ベーキングパウダー、キャノーラ油、きな粉 きび砂糖 牛乳
22	金	スパゲティナポリタン ブロッコリーサラダ スープ	菜飯おにぎり お茶	エネルギー 420kcal 蛋白質 13.1g 脂質 11g	ウインナー 豆腐	たまねぎ、人参、パセリ ブロッコリー、コーン たまねぎ、パセリ	スパゲティ、キャノーラ油 マヨドレ	米、菜飯の煮、しらす干し、食べる小魚 白ごま お茶
23	土	醤油ラーメン もやしのゆかり和え 蒸しシュウマイ	源氏パイ 牛乳	エネルギー 356kcal 蛋白質 13.3g 脂質 13.2g	豚肉、かまぼこ シュウマイ	キャベツ、たまねぎ、もやし、人参、土生姜、にんにく 青ねぎ もやし、小松菜、人参、ゆかり	ゆで中華そば、ごま油 きび砂糖	源氏パイ 牛乳
25	月	ごはん たらのコーンマヨ焼き コールスローサラダ スープ	フライドポテト 牛乳	エネルギー 381kcal 蛋白質 12.7g 脂質 10.3g	たら	コーン、パセリ キャベツ、人参、いんげん、パブリカ 小松菜、コーン	米 マヨドレ キャノーラ油、きび砂糖	フライドポテト、キャノーラ油、塩 牛乳
26	火	麦ごはん ホキのカレー風味揚げ いんげんのごま和え 味噌汁	コアコアヨーグルト ばかうけ お茶	エネルギー 412kcal 蛋白質 14.7g 脂質 10.6g	ホキ きざみあげ、わかめ、味噌	いんげん、キャベツ、人参 たまねぎ	米、押麦 天ぷら粉、キャノーラ油 白すりごま、きび砂糖	ヨーグルト ばかうけ お茶
27	水	そぼろ丼 ちくわと南瓜の天ぷら 味噌汁	水信玄餅風 牛乳	エネルギー 514kcal 蛋白質 15.9g 脂質 14.9g	豚ミンチ ちくわ 豆腐、味噌	たまねぎ、人参、コーン、いんげん、土生姜 南瓜 人参、青ねぎ	米、キャノーラ油、きび砂糖 天ぷら粉、キャノーラ油	水、アガー、さとう、きな粉、黒砂糖、水 牛乳
28	木	*ものがたりメニュー* ごはん いかりのトマトギョーザ ブロッコリーサラダ スープ	メイプルトースト 牛乳	エネルギー 441kcal 蛋白質 13.4g 脂質 12.7g	豚ミンチ	たまねぎ、にんにく、トマト缶、たまねぎ ブロッコリー、人参 コーン、はくさい、パセリ	米 片栗粉、(集)ギョウザ皮、キャノーラ油 きび砂糖 マヨドレ	食パン、大豆バター パンケーキシロップ 牛乳
29	金	麦ごはん ホキのフライ キャベツのツナ和え 味噌汁	ベジ蒸しパン 野菜ジュース	エネルギー 470kcal 蛋白質 15.2g 脂質 9.7g	ホキ ツナ缶 厚あげ、味噌	キャベツ、人参、いんげん 小松菜	米、押麦 小麦粉、パン粉、キャノーラ油 きび砂糖	小麦粉、ベーキングパウダー、きび砂糖 キャノーラ油、カルシウムミルク スッキャン、ピーマン、玉ねぎ、人参、南瓜 チキンウインナー 野菜ジュース
30	土	ゆかりごはん 冷やしきつねうどん ほうれん草のおかか和え	満月ボン 牛乳	エネルギー 329kcal 蛋白質 9.5g 脂質 5.3g	きざみあげ、わかめ、かまぼこ 糸かつお	ゆかり ほうれん草、はくさい、人参 きび砂糖	米 うどん、きび砂糖、きび砂糖 きび砂糖	小判満月ボン 牛乳

★赤はからだをつくる食品・緑はからだの調子をととのえる食品・黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。