

令和 7年



8月 給食献立表



りとせぶどう大野南保育園

日 曜	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
1 金	ご飯 豚肉と根菜の甘酢炒め ひじきのマヨサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 みかん缶	麦茶 ソフトせんべい 牛乳 チーズクッキー	・豚肉・油揚げ ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・ハルメザンチーズ	・精白米・じゃがいも・上白糖 ・片栗粉・薄力粉 ・調合油・マヨドレ ・いりごま	・にんじん・たまねぎ・れんこん ・みかん缶 ・乾ひじき・きゅうり・こまつな ・長ねぎ
2 土	焼きそば こまつなとしめじの味噌汁 オレンジ	麦茶 クラッカー 麦茶 りんごのゼリー ソフトせんべい	・魚肉ソーセージ ・淡色辛みそ	・焼きそば麺 ・ごま油 ・ソフトせんべい	・人参・キャベツ・もやし・ピーマン ・こまつな・しめじ ・オレンジ
4 月	ご飯 千草焼き ひじきの炒め煮 たまねぎとえのきの味噌汁 オレンジ	麦茶 ウエハース 牛乳 コーンフレーククッキー	・鶏卵・鶏ひき肉・油揚げ ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・上白糖 ・薄力粉 ・調合油・コーンフレーク	・にんじん・長ねぎ・にら ・乾ししいたけ・たまねぎ ・乾ひじき・にんじん・グリーンピース ・えのきたけ・オレンジ
5 火	ご飯 厚揚げとナスの味噌炒め 切り干し大根のナムル かぼちゃとほうれん草の味噌汁 みかん缶	麦茶 ビスケット 牛乳 オレンジゼリー 雪の宿せんべい	・生揚げ・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・ごま油・上白糖 ・片栗粉	・なす・たまねぎ・長ねぎ ・切干大根・かぼちゃ ・にんじん・チンゲンサイ ・りよくとうもやし・ほうれんそう
6 水	ご飯 鶏ひき肉カレー 春雨サラダ ワカメスープ バナナ	麦茶 野菜おせんべい 牛乳 イチゴジャム	・鶏ひき肉・豆乳 ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも ・緑豆はるさめ ・上白糖・ごま油・いりごま ・食パン・マーガリン	・にんじん・たまねぎ ・トマトケチャップ・イチゴジャム ・キャベツ・にんじん・きゅうり ・長ねぎ・乾わかめ・バナナ
7 木	ご飯 豆腐とれんこんのつくね ちくわときゅうりの胡麻和え だいこんとわかめの味噌汁 ゼリー	麦茶 ビスケット 牛乳 ナポリタン	・鶏ひき肉・淡色辛みそ ・木綿豆腐 ・焼き竹輪・普通牛乳	・精白米・パン粉・砂糖 ・片栗粉 ・三温糖・いりごま・ごま油 ・スバゲティ	・れんこん・長ねぎ・きゅうり ・りよくとうもやし ・だいこん・乾わかめ・たまねぎ ・青ピーマン・マッシュルーム缶
8 金	食パン 鶏肉と大豆のトマト煮 さつま芋のサラダ レタスとコーンのスープ バナナ	麦茶 せんべい 牛乳 しらすわかめおにぎり	・鶏もも・蒸し大豆 ・普通牛乳 ・しらす干し	・食パン・調合油・さつまいも ・上白糖 ・精白米・ごま	・にんにく・たまねぎ・ホールトマト ・トマトケチャップ・乾わかめ ・ブロッコリー・きゅうり・にんじん ・レタス・コーン・バナナ
9 土	味噌肉うどん じゃがいもとツナのサラダ バナナ	麦茶 クラッカー 麦茶 りんごのゼリー ソフトせんべい	・豚肉・油揚げ ・淡色辛みそ ・かつお味付け缶詰	・ゆでうどん・じゃがいも ・マヨドレ ・ソフトせんべい	・長ねぎ・ほくさい・たまねぎ ・ブロッコリー ・バナナ・りんごジュース
11 月	やま 山 の 日 				
12 火	ご飯 ハヤシライス ポテトサラダ たまねぎとわかめの味噌汁 オレンジ	麦茶 ウエハース 牛乳 ウィンナーコーンマフィン	・豚肉・ウィンナー ・魚肉ソーセージ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・豆乳	・精白米・調合油・じゃがいも ・マヨドレ ・薄力粉・上白糖 ・ハヤシルー	・たまねぎ・にんじん・乾わかめ ・マッシュルーム ・にんにく・トマト・トマトピューレ ・きゅうり・オレンジ
13 水	ご飯 鮭の香りパン粉焼き 中華風ごま酢和え ねごと豆腐の味噌汁 乳酸飲料	麦茶 ビスケット 牛乳 きな粉蒸しパン	・さけ・きな粉 ・絹ごし豆腐 ・淡色辛みそ・乳酸菌飲料 ・普通牛乳	・精白米・生パン粉・調合油 ・上白糖 ・ごま油・薄力粉	・パセリ・にんにく・レモン果汁 ・きゅうり・ほうれんそう ・にんじん・りよくとうもやし ・長ねぎ
14 木	ご飯 親子煮 ほうれん草ともやしの中華和え なすと小松菜の味噌汁 パインアップル	麦茶 野菜おせんべい 牛乳 五日焼きそば	・若鶏もも・鶏卵 ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・上白糖・ごま油 ・中華めん	・たまねぎ・りよくとうもやし ・ほうれんそう・キャベツ ・にんじん・なす・こまつな ・パイン缶・りよくとうもやし
15 金	肉うどん きゅうりと竹輪のマヨ和え ヨーグルト バナナ	麦茶 ビスケット 牛乳 きなこトースト	・豚肉 ・焼き竹輪 ・ヨーグルト・普通牛乳 ・きな粉	・ゆでうどん・上白糖 ・マヨドレ ・ごま油・食パン ・マーガリン	・長ねぎ・きゅうり ・りよくとうもやし ・切干大根・バナナ
16 土	さっぱりねぎしょうが豚丼 具だくさん味噌汁 バナナ	麦茶 クラッカー 麦茶 ぶどうゼリー ソフトせんべい	・豚肉・淡色辛みそ	・精白米・上白糖・ごま油 ・じゃがいも ・ソフトせんべい	・長ねぎ・しょうが・チンゲンサイ ・にんじん ・たまねぎ・バナナ・ぶどうジュース
18 月	ロールパン スパニッシュオムレツ 花野菜サラダ レタスとコーンのスープ	麦茶 ソフトせんべい 牛乳 きつねおにぎり	・鶏卵・鶏ひき肉 ・普通牛乳 ・油揚げ	・ロールパン・じゃがいも ・調合油 ・精白米・上白糖	・ほうれんそう・たまねぎ・にんにく ・カリフラワー・レタス・コーン ・ブロッコリー・キャベツ ・こねぎ
19 火	ご飯 ごほうと豚肉の炒め煮 ツナとブロッコリーのサラダ 生揚げと小松菜の味噌汁 みかん缶	麦茶 ウエハース 牛乳 ココアトースト	・豚肉 ・まぐろ水煮缶詰 ・プロセスチーズ・生揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・調合油 ・上白糖 ・食パン ・マーガリン	・ごほう・さやえんどう・にんじん ・ブロッコリー・みかん缶 ・コーン・こまつな ・えのきたけ
20 水	ご飯 鶏肉のゴマみそ焼き キャベツとほうれん草の胡麻和え じゃがいもとわかめの味噌汁 パインアップル	麦茶 ビスケット 牛乳 きな粉すなっ駄	・鶏もも肉・甘みそ ・淡色辛みそ ・普通牛乳・きな粉	・精白米・いりごま・上白糖 ・じゃがいも ・調合油・車ふ	・ほうれんそう・キャベツ・にんじん ・カットわかめ ・青ねぎ・パイン缶
誕生 21 木 日会	カレーピラフ チキンカツ マカロニサラダ カントリースープ パインアップル	麦茶 野菜おせんべい 牛乳 誕生日カップケーキ	・鶏もも肉 ・普通牛乳 ・豆乳・ホイップクリーム	・精白米・調合油・薄力粉 ・パン粉・マヨドレ ・マカロニ・上白糖	・たまねぎ・トマトケチャップ ・きゅうり・みかん缶 ・キャベツ・にんじん ・パイン缶
22 金	ご飯 チキンカレー 三色彩りサラダ ブロッコリーのコンスープ パインアップル	麦茶 ビスケット 牛乳 きなこマカロニ	・鶏もも肉・豆乳 ・普通牛乳 ・きな粉	・精白米・調合油・じゃがいも ・ごま油 ・マカロニ ・上白糖	・にんじん・たまねぎ ・トマトケチャップ ・きゅうり・キャベツ・ブロッコリー ・コーン・パイン缶
23 土	ナスとトマトのミートパスタ いんげんのスープ バナナ	麦茶 クラッカー 麦茶 りんごのゼリー ソフトせんべい	・ぶたひき肉	・スバゲティ ・調合油 ・上白糖・ソフトせんべい	・たまねぎ・にんにく・ホールトマト ・トマトケチャップ・バナナ ・なす・さやいんげん・えのきたけ
25 月	ご飯 豚肉のしょうが焼き キャベツとチーズのサラダ 里芋と油揚げのみそしる ゼリー	麦茶 せんべい 牛乳 ももゼリー ソフトせんべい	・豚肉 ・プロセスチーズ ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・調合油・上白糖 ・さといも ・ソフトせんべい	・しょうが・たまねぎ・青ピーマン ・にんじん ・乾ひじき・キャベツ・黄桃缶
26 火	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 春雨サラダ 大根の味噌汁 みかん缶	麦茶 ウエハース 牛乳 黒糖クッキー	・さけ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・豆乳	・精白米・上白糖 ・緑豆はるさめ ・ごま油・薄力粉 ・調合油・黒砂糖	・キャベツ・大根・みかん缶 ・りよくとうもやし ・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・チンゲンサイ
27 水	ご飯 厚揚げの中華炒め 切干大根のハムサラダ 小松菜としめじの味噌汁 乳酸飲料	麦茶 ビスケット 牛乳 簡単マーブルケーキ	・生揚げ・豆乳 ・豚肉・普通牛乳 ・ロースハム・淡色辛みそ ・乳酸菌飲料	・精白米・じゃがいも ・板こんにやく・調合油 ・上白糖・いりごま・ごま油	・にんじん・いんげん ・切干だいこん ・きゅうり・こまつな・しめじ ・りよくとうもやし
28 木	ご飯 麻婆豆腐 ナムル たまねぎとわかめの味噌汁 オレンジ	麦茶 野菜おせんべい 牛乳 にんじんケーキ	・絹ごし豆腐・ぶたひき肉 ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・上白糖・片栗粉 ・ごま油・いりごま ・薄力粉 ・マーガリン	・にんにく・しょうが ・たまねぎ・乾わかめ ・長ねぎ・にら・にんじん ・ほうれんそう・りよくとうもやし
29 金	冷やしタヌキうどん キャベツとささみのサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 ヨーグルト	麦茶 ビスケット 牛乳 枝豆おにぎり	・鶏ささ身・木綿豆腐 ・淡色辛みそ ・ヨーグルト・普通牛乳	・ゆでうどん・調合油・上白糖 ・ビスケット ・精白米	・長ねぎ・乾わかめ・きゅうり ・にんじん・枝豆 ・キャベツ・みずな・カットわかめ ・塩昆布
30 土	スタミナ丼 じゃがいもと青梗菜のスープ オレンジ	麦茶 クラッカー 麦茶 ぶどうゼリー ソフトせんべい	・豚肉	・精白米・なたね油・上白糖 ・じゃがいも ・ソフトせんべい	・たまねぎ・なす・にら・にんにく ・しょうが ・チンゲンサイ・オレンジ

	エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	食物繊維	塩 分
基準栄養量	555kcal	20.5g	14.5g	300mg	2.8mg	250μg	0.24mg	0.40mg	4.1g	1.7g
今月の平均栄養量	546kcal	19.7g	16.5g	182mg	2.1mg	171μg	0.35mg	0.32mg	5.4g	1.8g

※ 食材の調達状況により、メニュー変更になる場合があります

