

献立表

2025年08月

日 曜	献立名	10時おやつ 3時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)			
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
01 金	ご飯 鶏肉の米パン粉焼き にんじんサラダ 冬瓜カレー汁	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** ココアヨーグルト 牛乳	米、米パン粉、油、砂糖、片栗粉、鉄塩せん	牛乳、ヨーグルト、鶏もも肉、ベーコン	にんじん、とうがん、緑豆もやし、ほうれんそう、ねぎ、しめじ、スイートコーン	しょうゆ、かつお節、米酢、食塩、カレー粉、胡椒、粉パセリ
04 月	ご飯 豚肉の野菜炒め きゅうりとワカメの酢の物 キャベツの味噌汁	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** じゃがもち(甘だれ) 牛乳	米、じゃがいも、中双、片栗粉、砂糖、油、おこめせん	牛乳、豚肉もも	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ヒーマン、赤パプリカ、ねぎ、えのきたけ、乾燥ワカメ	しょうゆ、赤みそ、かつお節、米酢、白みそ、うすくちしょうゆ、本みりん、食塩、胡椒
05 火	冷やしうどん ししゃも焼き じゃがいものごま酢和え バナナ	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** 米粉マカロニのきな粉和え 牛乳	うどん、じゃがいも、米粉マカロニ、砂糖、むらさきいもせんべい	牛乳、ししゃも、油揚げ、きな粉	バナナ、緑豆もやし、ほうれんそう、にんじん、チンゲンサイ、スイートコーン、あさつき	うすくちしょうゆ、かつお節、本みりん、米酢、しょうゆ、白ごま、食塩
06 水	ご飯 鮭のプロバンス風 南瓜サラダ コンソメスープ	(未) バナナ ***3時のおやつ*** あんみつ 牛乳	米、温州みかんダイゼリ、大納言小豆、砂糖、油	牛乳、秋鮭	かぼちゃ、パインレトルト、にんじん、トマト水煮、たまねぎ、こまつな、きゅうり、しめじ、バナナ	卵をつかってないマヨネーズ、うすくちしょうゆ、コンソメ、食塩、丸寒天、胡椒、粉パセリ、ローリエ
07 木	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ ミネストローネ	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** 卵を使っていないプリン 牛乳	卵を使っていないプリン、米、マーマレード、油、赤ちゃんせんべい	牛乳、鶏もも肉、ベーコン	キャベツ、ズッキーニ、トマト水煮、にんじん、たまねぎ、きゅうり、スイートコーン	ドレッシングコールスロー、うすくちしょうゆ、しょうゆ、きゅうり、コンソメ、食塩、粉パセリ、胡椒
08 金	ご飯 さわらのケチャップあんかけ 炒めなます 吸物	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** ヨーグルト和え 牛乳	米、油、砂糖、片栗粉、鉄塩せん	牛乳、さくら、フレーンヨーグルト(無糖)、生クリーム、油揚げ	バナナ、だいごん、パインレトルト、はくさい、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、(冷) さやいんげん、干しいたけ	ケチャップ、うすくちしょうゆ、かつお節、米酢、しょうゆ、食塩
12 火	ご飯 肉みそ丼(具) 大根のサラダ コンソメスープ	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** 豆乳アイス(以上児) 牛乳 ぶどうヨーグルト(未満児) 牛乳	豆乳アイス、米、砂糖、油、おこめせん	牛乳、豚ももミンチ、ベーコン、ぶどうヨーグルト	はくさい、だいごん、にんじん、赤パプリカ、黄パプリカ、しめじ、スイートコーン、(冷) さやいんげん	米酢、赤みそ、本みりん、白みそ、清酒、うすくちしょうゆ、しょうゆ、コンソメ、食塩、胡椒
13 水	ピラフ ブロッコリーのマヨネーズ和え 冬瓜のスープ	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** 黒糖ボール 牛乳	米、小玉鮓、黒砂糖、油、赤ちゃんせんべい	牛乳、ベーコン、まぐろ米油漬フレーク	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、とうがん、赤パプリカ、ねぎ、スイートコーン、干しいたけ	卵をつかってないマヨネーズ、うすくちしょうゆ、食塩、しょうゆ、コンソメ、スープストック、パセリ粉、胡椒
14 木	ご飯 けいちゃん じゃがいもの甘酢和え 吸物	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** 米粉のカップケーキ 牛乳	米、じゃがいも、米粉のカップケーキ、砂糖、油、むらさきいもせんべい	牛乳、鶏もも肉	たまねぎ、キャベツ、だいごん、にんじん、(冷) さやいんげん、干しいたけ、しょうが、乾燥ワカメ、にんにく	うすくちしょうゆ、かつお節、米酢、清酒、赤みそ、本みりん、しょうゆ、食塩、胡椒
15 金	わかめご飯 焼き豆腐の野菜あんかけ 春雨サラダ 味噌汁	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** フルーツポンチ 牛乳	米、温州みかんダイゼリ、はるさめ、砂糖、片栗粉、油、中双、こま油、鉄塩せん	牛乳、焼き豆腐、油揚げ	パインレトルト、にんじん、キャベツ、スイートコーン、切り干し大根、グリーンピース、干しいたけ、乾燥ワカメ	赤みそ、かつお節、米酢、うすくちしょうゆ、白みそ、わかめごはんの素、食塩
18 月	ゆかりご飯 厚揚げの煮付け ごぼうサラダ 味噌汁	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** 南瓜の包み焼き 牛乳	米、ぎょうざの皮、砂糖、油、赤ちゃんせんべい	牛乳、(冷) 絹厚揚げ	だいごん、にんじん、かぼちゃ、ごぼう、たまねぎ、こまつな、(冷) さやいんげん、ねぎ、しめじ	卵をつかってないマヨネーズ、しょうゆ、かつお節、赤みそ、白みそ、本みりん、米酢、ゆかり、白ごま
19 火	ご飯 さばのカレー焼き 夏野菜の煮浸し 味噌汁	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** のり塩ボール 牛乳	米、じゃがいも、油、小玉鮓、片栗粉、砂糖、おこめせん	牛乳、まさば、油揚げ	なす、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、(冷) さやいんげん	かつお節、しょうゆ、赤みそ、白みそ、本みりん、清酒、青のり、食塩、カレー粉
20 水	ご飯 あじのねぎだれかけ 切干大根のお浸し 赤だし	(未) バナナ ***3時のおやつ*** クッキー入りアイス(以上児) 牛乳 みかんゼリー(未満児) 牛乳	クッキー入りアイス、米、砂糖、油、片栗粉、国産みかんゼリー	牛乳、まあじ	ほうれんそう、なす、にんじん、ねぎ、えのきたけ、切り干し大根、しょうが、乾燥ワカメ、バナナ	赤みそ、しょうゆ、かつお節、清酒、米酢、うすくちしょうゆ
21 木	菜めし 鶏肉の西京焼き きゅうりとキャベツの甘酢和え 冬瓜汁	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** 杏仁豆腐 牛乳	米、温州みかんダイゼリ、砂糖、片栗粉、鉄塩せん	牛乳、鶏もも肉	キャベツ、とうがん、きゅうり、パインレトルト、にんじん、ねぎ、しいたけ	うすくちしょうゆ、西京味噌、かつお節、米酢、本みりん、清酒、菜めし、食塩、丸寒天
22 金	ジャージャー麺 もやしと胡瓜の中華和え バナナ	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** フライドポテト 牛乳	ラーメン、じゃがいも、油、砂糖、こま油、むらさきいもせんべい	牛乳、豚肉ももミンチ	バナナ、もやし、たまねぎ、きゅうり、ヒーマン、赤パプリカ、しょうが、乾燥ワカメ	しょうゆ、本みりん、赤みそ、米酢、食塩、胡椒
25 月	ご飯 鶏肉の照り焼き ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	(未) おこめせん ***3時のおやつ*** チーズボンデ 牛乳	米、白玉粉、小麦粉、油、砂糖、おこめせん	牛乳、鶏もも肉、パルメザン粉チーズ	ブロッコリー、にんじん、こまつな、切り干し大根	かつお節、赤みそ、しょうゆ、白みそ、ベーキングパウダー、本みりん、花かつお
26 火	ご飯 マーボー茄子 もやしのナムル 中華スープ	(未) 鉄塩せん ***3時のおやつ*** 米粉チヂミ 牛乳	米、上新粉、油、砂糖、はるさめ、片栗粉、こま油、鉄塩せん	牛乳、豚肉ももミンチ	なす、緑豆もやし、にんじん、たまねぎ、きゅうり、チンゲンサイ、ねぎ、スイートコーン、にら、しめじ、しょうが	うすくちしょうゆ、米酢、しょうゆ、赤みそ、鶏がらスープの素、粉かつお、食塩、胡椒
27 水	ご飯 秋鮭の甘酢かけ じゃが芋の和風サラダ オニオンスープ	(未) バナナ ***3時のおやつ*** 米粉マカロニのみたらし風 牛乳	米、じゃがいも、米粉マカロニ、中双、砂糖、片栗粉	牛乳、秋鮭	たまねぎ、こまつな、きゅうり、にんじん、(冷) さやいんげん、スイートコーン、バナナ	しょうゆ、卵をつかってないマヨネーズ、米酢、うすくちしょうゆ、コンソメ、食塩、胡椒
28 木	焼きそば ひじきのお浸し 豆腐のスープ	(未) むらさきいもせんべい ***3時のおやつ*** メロンアイス(以上児) 牛乳 りんごヨーグルト(未満児) 牛乳	メロンアイス、焼きそばめし、油、砂糖、むらさきいもせんべい	牛乳、豚もも、豆腐、りんごヨーグルト	たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、ヒーマン、ねぎ、ひじき、乾燥ワカメ	中濃ソース、こいくちソース、しょうゆ、うすくちしょうゆ、スープストック、粉かつお、食塩、胡椒、青のり
29 金	ご飯 カレーマーボー豆腐 キャベツのお浸し バナナ	(未) 赤ちゃんせんべい ***3時のおやつ*** フルーツダイゼリ 牛乳	米、国産りんごダイゼリ、国産シャインマスカットダイゼリ、砂糖、片栗粉、油、赤ちゃんせんべい	牛乳、豆腐、豚肉ももミンチ	バナナ、にんじん、黄桃レトルト、キャベツ、緑豆もやし、たけのこ水煮、きゅうり、ねぎ、しいたけ、しょうが	しょうゆ、赤みそ、鶏がらスープの素、花かつお、カレー粉
毎 週 土	クロワッサン 牛乳		クロワッサン	牛乳		