

令和7年度

8月 給食献立表

成育しせい保育園

～8月献立のお知らせ～

夏季メニューとして、おかず2品の提供になります。ご了承ください。

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	補食
25月	ごはん みそ汁 たらのカレーソテー さつまいものコンソメ煮 フルーツ	豆乳 くずもち 麦茶	油揚げ・甘みそ・ぎん だら・豆乳・きな粉	精白米・薄力粉・調合油・さ つまいも・砂糖・片栗粉	たまねぎ・だいこん・えのき・に ら・ブロッコリー	焼きおにぎり 麦茶
12火	ごはん みそ汁 鶏肉のみぞ焼き わかめとツナの炒め物 フルーツ	チーズトースト 牛乳	油揚げ・甘みそ・若鶏 もも皮なし・まぐろ油 漬缶詰・パルメザン チーズ・普通牛乳	精白米・砂糖・なたね油・食 パン・有塩マーガリン	たまねぎ・だいこん・えのき・ キャベツ・わかめ・もやし・赤 ビーマン・いんげん・にんじん・ コーン缶・れんこん・しめじ	春雨スープ 麦茶
13水	トマトとペーコンのパスタ 野菜スープ 大根と厚揚げの煮物 かぼちゃサラダ フルーツ	13日 大山おこわ 麦茶 27日 サーティアンダギー 牛乳	ペーコン・生揚げ・ま ぐろ水煮缶詰(白)・若 鶏もも皮なし・木綿豆 腐・普通牛乳	マカロニ・スパゲティ・なた ね油・三温糖・道明寺粉・精 白米・糸こんにゃく・薄力 粉・黒砂糖	たまねぎ・にんじん・にら・ホー ルトマト・トマトケチャップ・ト マト・かぶ・えのき・だいこん・ 赤ビーマン・しめじ・かぼちゃ・ にんじん	カレーポテト 麦茶
14木	ごはん みそ汁 さばのカレーマヨやき 豚肉となすのみぞ炒め フルーツ	オートミールクッキー 牛乳	油揚げ・甘みそ・さ ば・ふたもも(皮脂 無)・赤色辛みそ・鶏 卵・普通牛乳	精白米・生いも板こんにゃ く・砂糖・無塩バター・薄力 粉・オートミール	たまねぎ・だいこん・えのき・し めじ・なす・にら・にんじん	きのこ汁 麦茶
1金	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き きゅうりと梅のおかか和え フルーツ	ウインナーパン 牛乳	油揚げ・甘みそ・ふた もも(皮脂無)・生しら す・削り節・ウイ ンナーソーセージ・普通 牛乳	精白米・なたね油・ホット ケーキミックス・無塩バター	たまねぎ・だいこん・えのき・こ ぼう・赤ビーマン・ビーマン・ きゅうり・もやし・にんじん・梅 干し・キャベツ	わかめごはん 麦茶
2土	バターロール もやしのスープ 鮭のパン粉焼き ボトフ フルーツ	フルーツゼリー 麦茶	ペーコン・さけ・ウイ ンナーソーセージ・ゼ ラチン	ロールパン・パン粉・じゃが いも・砂糖	もやし・だいこん・たまねぎ・え のき・にんじん・だいこん・ブ ロッコリー	おにぎり 麦茶
4月	ごはん みそ汁 鶏肉のチーズ焼き ツナきんぴら フルーツ	パイナップルケーキ 牛乳	油揚げ・甘みそ・若鶏 もも皮なし・パルメザ ンチーズ・まぐろ水煮 缶詰(白)・鶏卵・普通 牛乳	精白米・パン粉・なたね油・ 砂糖・ごま油・薄力粉・無塩 バター	たまねぎ・だいこん・えのき・な す・れんこん・ごぼう・いんげ ん・にんじん・赤ビーマン	人参の煮物 麦茶
5火	冷やしきつねうどん 鮭の千草焼き オクラのねばねばサラダ フルーツ	焼き豚と枝豆のピラフ 麦茶	油揚げ・若鶏もも皮な し・さけ・納豆・焼 き豚	うどん・うどん・砂糖・三温 糖・ごま油・精白米	だいこん・えのき・にんじん・た まねぎ・わかめ・ビーマン・赤 ビーマン・オクラ・きゅうり・ コーン缶・レタス	中華スープ 麦茶
6水	ごはん みそ汁 おからバーグ かぼちゃのいとこ煮 フルーツ	メープルマフィン 牛乳	油揚げ・甘みそ・木綿 豆腐・ふたひき肉・お から・ゆで小豆缶詰・ 普通牛乳・鶏卵	精白米・薄力粉・三温糖・無 塩バター・砂糖・ホットケー キミックス・メープルシロッ プ	たまねぎ・だいこん・えのき・な す・赤ビーマン・ビーマン・にん じん・かぼちゃ・ブロッコリー	焼豚ごはん 麦茶
7木	夏野菜カレー わかめスープ 鶏肉と枝豆の炒め物 もやしの中華和え フルーツ	ハムコーンクロワッサン 牛乳	豆乳・ふたひき肉・削 り節・ペーコン・若鶏 もも皮なし・まぐろ油 漬缶詰・ロースハム・ 普通牛乳	ご飯・じゃがいも・なたね 油・三温糖・ごま油・砂糖・ クロワッサン	たまねぎ・赤ビーマン・かぼ ちゃ・なす・ビーマン・トマト・ わかめ・だいこん・えのき・し めじ・キャベツ・えだまめ・も やし・にんじん・コーン缶	大根きんぴら 麦茶
8金	ごはん みそ汁 かじきのみぞ照り焼き ひじきの五目煮 フルーツ	ベイクドごまだんご 牛乳	油揚げ・甘みそ・めか じき・大豆・普通牛 乳・つぶあん	精白米・糸こんにゃく・なた ね油・三温糖・上新粉・米 粉・調合油・いりごま	たまねぎ・だいこん・えのき・し めじ・なす・にら・ひじき・に んじん・コーン缶・いんげん	青菜ごはん 麦茶
9土	バターロール 野菜スープ 鶏肉のスマミナ焼き キャベツとにらのじゃこ炒め フルーツ	缶パン 麦茶	ベーコン・若鶏もも皮 なし・ちりめんじゃこ	ロールパン・なたね油・三温 糖・ごま油	たまねぎ・だいこん・えのき・も やし・にんにく・キャベツ・に ら・にんじん・コーン缶・しめじ	おにぎり 麦茶



区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量(g)
今月の平均 食事摂取量	570	21.5	18.4	194	2	226	0.36	0.40	31	5.6	2.0
保育所(園)における 食事摂取基準(※1)	573	21.5	15.8	258	2.0	200	0.31	0.36	18	3.2	2未満