

給食献立表 8月



令和7年度
【3歳以上児】
北保育園

日付	曜日	献立名	材料名(昼食と☆手作りおやつ)			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			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		
1	金	親子丼(麦入) オクラときゅうりのおかか和え 野菜ゼリー	米、押麦、上白糖、油、野菜ゼリー	鶏もも肉、卵、花かつおソフト削、だし	たまねぎ、きゅうり、オクラ、にんじん、みつば、干しいたけ、のり	牛乳 ぱんだクッキー	
2	土	じゃがいも入り豚丼 オレンジ	米、じゃがいも、糸こんにゃく、上白糖、油	豚もも肉、だし	たまねぎ、オレンジ、にんじん、ねぎ	お茶 しょうゆせんべい	
4	月	ご飯 麻婆茄子 キャベツのしそ和え プルーン	米、上白糖、片栗粉、油	豆腐、豚ひき肉、赤みそ	なす、きゅうり、キャベツ、ピーマン、ねぎ、にんじん、プルーン	お茶 とけないアイス風いちご	○麻婆茄子 保育園の麻婆茄子は豆腐も入っているのので、食べやすくなっています。
5	火	ごはん あじのネギソース 納豆和え オレンジ	米、片栗粉、油、上白糖、ごま油	ひきわり納豆、骨なしあじ	とうもろこし、キャベツ、オレンジ、大口産こまつな、ねぎ、にんじん	牛乳 ☆とうもろこし	
6	水	ご飯 なすとかぼちゃのそぼろ煮 豆腐のサラダ	米、青じそドレッシング、上白糖、片栗粉	鶏ひき肉、豆腐、だし	かぼちゃ、なす、たまねぎ、キャベツ、インゲン、きゅうり、トマト、カットわかめ	牛乳 塩せんべい	
7	木	冷やし中華 チキンナゲット フルーツゼリー	中華そば、上白糖、ごま油、フルーツゼリー	国産ポークハム、チキンナゲット、牛乳	黄桃缶、もやし、きゅうり、にんじん、カットわかめ	お茶 ☆もも入りソフトゼリー	
8	金	ご飯 とうがんのカレー煮 人参のマリネサラダ	米、上白糖、油、米油	絹揚げ、鶏ひき肉、国産鶏ささみフレーク	とうがん、たまねぎ、にんじん、きゅうり、インゲン	牛乳 甘辛せんべい	○とうがん 夏に収穫し、冷蔵所で保管すると冬まで持つことから「冬瓜」と記すようになりました。
9	土	クリームシチューライス 一口ゼリー	米、じゃがいも、油、クリームシチューフレーク	鶏もも肉	たまねぎ、にんじん	お茶 塩せんべい	
12	火	ごはん キャベツと豚肉のみそ炒め きゅうりのしそ和え プルーン	米、油、上白糖、片栗粉	豚もも肉、赤みそ	キャベツ、きゅうり、もやし、ピーマン、にんじん、たまねぎ、エリンギ、プルーン	野菜ジュース 塩せんべい	○夏季自由保育 期間中の展示食はお休みです。
13	水	じゃがいも入り鶏丼 キャベツのおかか和え フルーツゼリー	米、じゃがいも、糸こんにゃく、上白糖、フルーツゼリー、油	鶏もも肉、花かつおソフト削、だし	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ	野菜ジュース 塩せんべい	
14	木	クリームシチューライス イタリアンサラダ 一口ゼリー	米、じゃがいも、イタリアンドレッシング、油、クリームシチューフレーク	国産鶏ささみフレーク	キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり	野菜ジュース おこめボール	
15	金	アレルギーフリーカレーライス コールスローサラダ 快適野菜ゼリー	米、じゃがいも、コールスロードレッシング、カレーフレーク	国産鶏ささみフレーク	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり	野菜ジュース 塩せんべい	
16	土	ハヤシライス 一口ゼリー	米、じゃがいも、ハヤシフレーク、油	国産鶏ささみフレーク	たまねぎ、にんじん	お茶 ソフトせんべい	

※献立は、食品の栄養成分と体内作用を考慮して、三色食品群で分類しています

※食材料等の都合で献立変更する場合があります

※☆印は手作りおやつです



日付	曜日	献立名	材料名(昼食と☆手作りおやつ)			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			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		
18	月	夏野菜カレーライス ささみ入青じそサラダ プルーン	米、じゃがいも、青じそドレッシング、 押麦、油	豚も肉、国産鶏さ さみフレーク	キャベツ、たまねぎ、なす、 トマト、きゅうり、プル ーン、オクラ	お茶 マスカットゼリー	○夏野菜カレーライス ナスやトマト、ピーマ ンが入った夏限定のカ レーライスです。
19	火	ごはん 冬瓜のそぼろあんかけ 小松菜のごま和え フルーツゼリー	米、ホットケーキ ミックス、上白糖、 片栗粉、ごま、フ ルーツゼリー、油	鶏ひき肉、ポークウ インナー、だし、牛 乳	とうがん、大口町産こまつ な、にんじん、たまねぎ、 きゅうり、インゲン	牛乳 ☆フレンチドッグ	
20	水	ご飯 さばの塩焼き ピーマンとにんじんの胡麻和え 合わせ味噌汁	米、ごま、上白糖、 ごま油	合わせみそ、煮干 し、骨なしさば	ピーマン、にんじん、なす、 たまねぎ、ねぎ、カットわか め	飲むヨーグルト 塩せんべい 揚げせんべい	
21	木	ロールパン 鶏肉の味噌漬け焼き 豆乳かぼちゃスープ オレンジ	上白糖、ミルクロー ルパン	無調整豆乳、鶏もも 肉、牛乳、ポークウ インナー、プリン の素、白みそ	たまねぎ、かぼちゃ、オレンジ、 エリンギ	お茶 ☆牛乳プリン	
22	金	ご飯 高野豆腐のそぼろ煮 拌三絲 一口チーズ	米、上白糖、はるさ め、片栗粉、油、ご ま油	鶏ひき肉、国産鶏さ さみフレーク、ごう や豆腐、一口チ ーズ、だし	たまねぎ、にんじん、きゅう り、かぼちゃ、インゲン	牛乳 ビスケット	
23	土	カレーライス オレンジ	米、じゃがいも、 油、カレールウ	豚も肉	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん	お茶 しょうゆせんべい	
25	月	ごはん たれ付きから揚げ こまつなのサラダ 一口チーズ	米、片栗粉、油、青 じそノンオイルド レッシング、上白糖、ごま	鶏もも肉、ツナフ レーク、一口チ ーズ	大口町産こまつな、にんじ ん、きゅうり、キャベツ	すいか	
26	火	ジャージャー麺 しゅうまい なし	中華そば、上白糖、 片栗粉、ごま油	豚ひき肉、こしあ ん、赤みそ、豚肉焼 売	たまねぎ、なし、なす、ね ぎ、ピーマン、かんでん	牛乳 ☆水ようかん	
27	水	ご飯 肉じゃが じゃこのあめ煮 オレンジ	じゃがいも、米、糸 こんにゃく、上白 糖、ごま、油	豚も肉、しらす干 し、だし	たまねぎ、にんじん、オレンジ、 インゲン	お茶 ヨーグルト	
28	木	ごはん ミートローフ イタリアンサラダ フルーツゼリー	米、玄米米粉、イタ リアンドレッシン グ、片栗粉、米油、 上白糖、フルーツゼ リー、粉砂糖	合いびきミンチ、絹 ごし豆腐	たまねぎ、キャベツ、インゲ ン、ピーマン、にんじん、オ クラ	野菜ソース ☆米粉のブラウニー	
29	金	ごはん カジキのケチャップ煮 焚き木和え	米、片栗粉、油、上 白糖、ごま	かじぎ、蒲鉾	にんじん、たまねぎ、ピーマ ン、きゅうり、ひじき	牛乳 幼児用ビスケット	○焚き木和え 焚火で燃やす木のよう に、材料を細長く千切 りにした和え物です。
30	土	じゃがいも入り鶏丼 オレンジ	米、じゃがいも、糸 こんにゃく、上白 糖、油	鶏もも肉、だし	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん、ねぎ	お茶 甘辛せんべい	



8月31日はやさいの日



野菜の日は、「もっと野菜のことを知ってほしい」「野菜をたくさん食べてほしい」という想いで「8(ヤ)3(サ)1(イ)」の語呂合わせから制定した記念日です。

- 野菜たっぷりのメニューをえらぼう
- 野菜が入った具沢山の汁物を選ぼう
- サイドメニューやトッピングで野菜をプラスしよう

