

2025年

がっ きゅうしょく こんだて ひょう  
**8月 給食献立表**

星ヶ丘にじ保育園

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ( )は未測定	材 料 名 (○は午後おやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			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			
1金	チャーハン かぼちゃの甘煮 冬瓜のスープ オレンジ	576.5(461.2) 19.6(15.7) 19.2(15.3) 1.2(0.9)	米 ごま油 砂糖 ○焼ふ ○グラニュー糖	豚ひき肉 ○牛乳 ○無塩バター	にんじん コーン ねぎ ピーマン かぼちゃ とうがん あさつき ユリギ オレンジ	中華だしの素 しょうゆ かつお・昆布だし汁 食塩	牛乳 スナック	牛乳 お麩ラスク	
2土	切り干し大根御飯 白菜サラダ パイン缶	563.5(450.7) 17.4(13.9) 11.5(9.2) 1.1(0.9)	米 さつまいも 油 マヨネーズ ○スナック	鶏もも肉 ○牛乳	切り干しだいこん にんじん しめじ はくさい コーン パイン缶	しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
4月	御飯 さわらの塩焼き ひじきの炒り煮 れんこんのみそ汁 すいか	521.9(416.3) 21.5(17.2) 12.7(10.1) 1.6(1.3)	米 砂糖 ○砂糖	さわら 油揚げ 米みそ ○牛乳	ひじき にんじん れんこん たまねぎ カッタわかめ すいか ○みかん缶○パイン缶 ○粉かんでん	食塩 かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	牛乳 スナック	牛乳 フルーツ ゼリー	
5火	中華風おこわ 春雨サラダ たけのこスープ りんご	552.5(442.0) 15.1(12.1) 12.4(9.9) 1.1(0.9)	米 もち米 はるさめ 砂糖 ごま油 ○米粉○砂糖	豚ひき肉 ハム ○牛乳 ○カルピス	しめじ にんじん しょうが きゅうり たまねぎ たけのこ りんご	コンソメ しょうゆ 酢 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 カルピス いろいろ	
6水	御飯 鶏肉の香味炒め 大根の煮物 なすのすまし汁 もも缶	535.0(424.6) 17.5(13.8) 14.0(11.0) 1.7(1.4)	米 砂糖 ごま油 ○砂糖	鶏もも肉 ○牛乳 ○生クリーム	チンゲンサイ しめじ たまねぎ にんにく だいこん にんじん なす オクラ もも缶(黄桃) ○マーマレードジャム ○粉かんでん	中華だしの素 かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 パンナコッタ	
7木	黒糖ロールパン たらのレモン焼き スイートポテトサラダ ジュリアンスープ パイン缶	544.5(435.5) 23.6(18.9) 17.2(13.7) 1.9(1.5)	ロールパン 砂糖 さつまいも マヨネーズ ○米粉 ○ごま油○砂糖	たら ○牛乳 ○豚ひき肉 ○しらす干し	レモン果汁 ブロッコリー にんじん キャベツ パイン缶 ○にら	しょうゆ 食塩 コンソメ ○食塩○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 チヂミ	
8金	御飯 みそかつ モロヘイヤの和え物 きしめんスープ オレンジ	579.7(437.2) 25.7(19.7) 16.6(12.6) 2.0(1.6)	米 油 小麦粉 パン粉 砂糖 きしめん ○食パン	鶏ささ身 米みそ かつお節 ○牛乳 ○ゆであずき缶 ○無塩バター	モロヘイヤ にんじん きゅうり はくさい ねぎ オレンジ	みりん しょうゆ かつお・昆布だし汁 食塩	牛乳 スナック	牛乳 小倉トースト	
9土	ミートスパゲティ コーンスープ 洋なし缶	511.4(409.1) 19.2(15.3) 10.5(8.4) 1.3(1.1)	スパゲティ ○スナック	豚ひき肉 ○牛乳	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく クリームコーン缶 洋なし缶	ケチャップ コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
11月	山の日								
12火	鶏めし 炒り豆腐 もも缶	556.1(444.9) 18.6(14.8) 11.0(8.8) 1.1(0.8)	米 砂糖 ○砂糖	鶏もも肉 木綿豆腐 ○牛乳	ごぼう にんにく にんじん たまねぎ しめじ あさつき もも缶(黄桃) ○みかん缶○洋なし缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 中華だしの素	牛乳 スナック	牛乳 フルーツ ポンチ	
13水	肉みそめん にらスープ パイン缶	554.8(443.8) 22.2(17.7) 14.4(11.5) 2.1(1.7)	ゆで中華めん 砂糖 ごま油 ○米○ごま油	豚ひき肉 米みそ ○牛乳 ○しらす干し	にんじん たまねぎ ピーマン だいこん にら パイン缶	しょうゆ 中華だしの素 食塩 ○菜飯の素	牛乳 スナック	牛乳 じゃこ おにぎり	
14木	ピラフ ポテトスープ オレンジ	558.8(447.0) 16.2(12.9) 14.6(11.7) 2.0(1.6)	米 油 じゃがいも ○ホットケーキ粉 ○黒砂糖○油	ツナ水煮缶 ○牛乳	たまねぎ にんじん ズッキーニ ピーマン パセリ粉 オレンジ	コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 黒糖蒸しパン	
15金	すき煮井 小松菜のお浸し 洋なし缶	549.8(430.7) 19.3(15.0) 13.9(10.6) 0.8(0.6)	米 砂糖 片栗粉 ○米粉○白玉粉 ○砂糖○油	豚肉(もも) かつお節 ○牛乳 ○絹ごし豆腐	はくさい たまねぎ こまつな にんじん 洋なし缶	しょうゆ かつお・昆布だし汁 ○ココア ○ベーキングパウダー	牛乳 スナック	牛乳 ココアもち	
16土	中華丼 きゅうりのツナ和え もも缶	524.7(419.8) 20.5(16.4) 10.7(8.5) 0.8(0.7)	米 片栗粉 ○スナック	豚肉(もも) ツナ水煮缶 ○牛乳	にんじん キャベツ たまねぎ 干しいたけ しょうが きゅうり トマト もも缶	しょうゆ 中華だしの素	牛乳 スナック	牛乳 スナック	

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ( )は未測定	材 料 名 (○は午後おやつ)				9時おやつ	3時おやつ	行事
			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			
18月	わかめ御飯 ホキの煮つけ ブロッコリーサラダ 五目汁 りんご	513.8(399.1) 25.5(19.8) 7.0(5.6) 1.7(1.3)	米 砂糖 板こんにやく ○砂糖	ホキ しらす干し ○牛乳 ○こしあん	炊き込みわかめ しょうが ブロッコリー にんじん たまねぎ あさつき しいたけ りんご ○粉かんでん	しょうゆ かつお・昆布だし汁 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 水ようかん	
19火	ドライカレー キャベツサラダ コンソメスープ すいか	544.1(432.8) 17.4(13.9) 19.5(15.6) 0.9(0.7)	米 油 マヨネーズ	豚ひき肉 ○牛乳 ○アイスクリーム	にんじん たまねぎ なす しょうが にんにく キャベツ きゅうり だいこん すいか	ケチャップ カレー粉 ウスターソース コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 アイスクリーム	お誕生日会 すいかわり
20水	御飯 あじの香り焼き 切干し大根の旨煮 かぼちゃのみそ汁 洋なし缶	558.7(429.5) 22.6(17.8) 13.2(10.5) 1.8(1.5)	米 砂糖 油 ○クラッカー ○マシュマロ	あじ 米みそ 油揚げ ○牛乳	にんにく しょうが 切り干しだいこん にんじん たまねぎ かぼちゃ 洋なし缶	かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	牛乳 スナック	牛乳 マシュマロ クラッカー	
21木	食パン 鶏肉のケチャップ炒め スパゲティーサラダ オニオンスープ オレンジ	506.8(405.5) 22.3(17.8) 15.9(12.7) 1.9(1.5)	食パン 油 スパゲティー マヨネーズ ○米	鶏もも肉 ○牛乳	たまねぎ ズッキーニ にんにく にんじん きゅうり コーン パセリ粉 オレンジ ○のり佃煮○焼きのり	ケチャップ 中華だしの素 食塩 ○しそふりかけ	牛乳 スナック	牛乳 のりサンド	
22金	御飯 生揚げの炒め煮 さつまいものソテー きのこ汁 もも缶	559.5(447.3) 20.0(16.0) 14.2(11.3) 1.5(1.2)	米 油 砂糖 さつまいも ○ホットケーキ粉 ○砂糖	鶏もも肉 生揚げ ○牛乳 ○ヨーグルト ○無塩バター	にんじん たまねぎ ピーマン いんげん まいたけ えのきたけ もも缶(黄桃)	しょうゆ みりん 中華だしの素 かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 ホットケーキ	
23土	塩やきそば キャベツののり和え パイン缶	513.7(411.0) 24.1(19.3) 12.8(10.3) 0.9(0.7)	ゆで中華めん ごま油 ○スナック	鶏もも肉 ○牛乳	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ オクラ 焼きのり パイン缶	コンソメ しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 スナック	
25月	御飯 さばのみそ煮 さっぱりポテトサラダ ブロッコリースープ りんご	523.0(407.1) 18.7(14.0) 13.4(10.1) 0.9(0.7)	米 砂糖 じゃがいも ○砂糖	さば 米みそ ○牛乳	しょうが りんご にんじん きゅうり たまねぎ ブロッコリー ○パイン濃縮果汁 ○粉かんでん	みりん 酒 かつお・昆布だし汁 酢 コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 パインゼリー	
26火	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き ひじきサラダ トマトスープ もも缶	573.8(449.9) 23.4(18.2) 19.2(14.8) 1.9(1.5)	ロールパン じゃがいも ○玄米フレーク ○コーンフレーク ○マシュマロ	鶏もも肉 ツナ水煮缶 ○牛乳 ○無塩バター	マーマレード にんじん ひじき ブロッコリー トマトピューレ セロリ たまねぎ もも缶(黄桃)	しょうゆ イタリアンドレッシング コンソメ 食塩	牛乳 スナック	牛乳 玄米フレーク スナック	
27水	御飯 肉じゃが もやしのお浸し もずくのすまし汁 パイン缶	537.9(421.9) 20.4(15.8) 12.2(9.4) 1.3(1.0)	米 じゃがいも しらたき 砂糖 ○小麦粉○油	豚肉(もも) ○牛乳 ○豚ひき肉○卵 ○かつお節	たまねぎ にんじん もやし キャベツ オクラ もずく パイン缶 ○あおのり ○キャベツ ○ねぎ	みりん かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩 ○かつお・昆布だし汁 ○お好み焼きソース	牛乳 スナック	牛乳 お好み焼き	おばけ屋敷
28木	御飯 銀ひらすのおかか揚げ チャンプルー ズッキーニのみそ汁 オレンジ	550.9(440.4) 23.5(18.8) 14.6(11.7) 1.7(1.4)	米 油 砂糖 ○じゃがいも ○片栗粉 ○油○砂糖	銀ひらす 木綿豆腐 かつお節 米みそ ○牛乳	にんじん たまねぎ ゴーヤ ズッキーニ カットわかめ オレンジ	しょうゆ かつお・昆布だし汁 めんつゆ ○しょうゆ	牛乳 スナック	牛乳 いももち	
29金	ちくわ卵丼 白菜のごま和え わかめスープ すいか	531.6(423.5) 19.1(15.2) 14.0(11.1) 1.7(1.3)	米 砂糖 ごま ○砂糖	卵 ちくわ ○牛乳	にんじん たまねぎ ほうさい コーン あさつき カットわかめ すいか ○洋なし缶○もも缶(黄桃) ○粉かんでん	しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 杏仁豆腐	
30土	マーボー丼 ビーフンスープ 洋なし缶	522.9(408.6) 18.5(14.1) 13.3(10.0) 1.3(1.1)	米 ごま油 砂糖 片栗粉 ビーフン ○スナック	木綿豆腐 豚ひき肉 米みそ ○牛乳	にんじん ねぎ しょうが 干しいたけ あさつき たまねぎ 洋なし缶	しょうゆ 中華だしの素 食塩	牛乳 スナック	牛乳 スナック	

●給食献立は都合により献立内容を変更する場合がありますので、ご了承下さい。

●何かお気づきの点がございましたら、担任の方へお伝え下さい。

☆米は新潟のコシヒカリ玄米を取り寄せ、園で精米しています。基本的に水、金曜日は七分づきにしています。

