



8月 給食献立表



令和 7年

りとせクローバー洲野辺保育園

日 曜	屋 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 デザート	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 ・バルメザンチーズ	・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
2 土	焼きそば こまつなとえのきの味噌汁 デザート	麦茶 クラッカー 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・えのき ・ゼリー
4 月	ご飯 サバの味噌煮 ひじきの炒め煮 たまねぎとえのきの味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 クッキー	・鯖 ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・上白糖 ・薄力粉 ・調合油	・にんじん ・たまねぎ ・乾ひじき・にんじん ・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 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 ココア蒸しパン	・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 ・りょくとうもやし・ほうれんそう
6 水	ご飯 鶏ひき肉カレー 春雨サラダ デザート	麦茶 野菜おせんべい 牛乳 きなこトースト	・鶏ひき肉 ・普通牛乳 ・きな粉	・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 ・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 だいにんとわかめの味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 うどんスナック	・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・うどん ・三温糖・いりごま・ごま油	・れんこん・長ねぎ・きゅうり ・りょくとうもやし ・だいこん・乾わかめ
8 金	食パン 鶏肉と大豆のトマト煮 さつま芋のサラダ キャベツとコーンのスープ デザート	麦茶 せんべい 牛乳 しらすおにぎり	・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 ・ブロッコリー・きゅうり・にんじん ・キャベツ・コーン・バナナ
9 土	味噌肉うどん じゃがいもとにんじんのコロコロサラダ デザート	麦茶 クラッカー せんべい	・豚肉・油揚げ ・淡色辛みそ	・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・にんじん ・ゼリー
11 月	やま ひ 山の白				
12 火	ご飯 鶏肉煮 ほうれん草ともやしの中華和え なすと小松菜の味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 五目焼きそば	・若鶏もも ・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・りょくとうもやし ・ほうれんそう・キャベツ ・にんじん・なす・こまつな ・パイン缶・りょくとうもやし
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 デザート	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	・ハセリ・にんにく・レモン果汁 ・きゅうり ・にんじん・りょくとうもやし ・長ねぎ
14 木	ご飯 カレーライス ポテトサラダ デザート	麦茶 せんべい 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	・精白米・調合油・じゃがいも ・マヨドレ ・薄力粉・上白糖 ・カレールウ	・たまねぎ・にんじん ・きゅうり・オレンジ ・にんにく
15 金	食パン 白身フライ 花野菜サラダ キャベツとコーンのスープ	麦茶 せんべい 牛乳 きつねおにぎり	・鯖 ・普通牛乳 ・油揚げ	・食パン ・調合油 ・精白米・上白糖	・にんじん・にんにく ・コーン・しめじ ・ブロッコリー・キャベツ ・こねぎ
16 土	さっぱりねぎしょうが豚丼 具ださん味噌汁 デザート	麦茶 クラッカー 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 ・にんじん ・たまねぎ・ゼリー
18 月	肉うどん きゅうりとちくわのマヨ和え デザート	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 ・りょくとうもやし ・切干大根・バナナ
19 火	ご飯 ごぼうと豚肉の炒め煮 ツナとブロッコリーのサラダ 生揚げと小松菜の味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 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	・ごぼう・さやえんどう・にんじん ・ブロッコリー・みかん缶 ・こまつな
20 水	ご飯 鶏のから揚げ マカロニサラダ カントリースープ デザート	麦茶 せんべい 牛乳 誕生日ケーキ	・鶏もも肉 ・普通牛乳 ・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	・きゅうり ・キャベツ・にんじん ・パイン缶
21 木	ご飯 麻婆豆腐 ナムル たまねぎとわかめの味噌汁 デザート	麦茶 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・りょくとうもやし
22 金	ご飯 チキンカレー 三色彩りサラダ デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 きなこマカロニ	・鶏もも肉 ・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 ・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 デザート	麦茶 クラッカー せんべい	・ぶたひき肉	・スパゲティ ・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・ゼリー ・なす・さやいんげん
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 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 リンゴゼリー クラッカー	・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 ・りんごジュース
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 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 ジャムサンド	・さけ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・上白糖 ・緑豆はるさめ ・ごま油・薄力粉 ・調合油・食パン	・キャベツ・大根・みかん缶 ・りょくとうもやし ・たまねぎ・にんじん・きゅうり ・チンゲンサイ・ジャム
27 水	冷やしタヌキうどん キャベツとちくわのサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 枝豆おにぎり	・ちくわ・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	・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
28 木	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 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 きな粉すなっ魅	・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 ・パイン缶
29 金	ご飯 厚揚げの中華炒め 豚肉と大根とささみのサラダ 小松菜としめじの味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 麦茶 すいか	・生揚げ ・豚肉 ・ささみ・淡色辛みそ ・乳酸菌飲料	・精白米・じゃがいも ・板こんにゃく・調合油 ・上白糖・いりごま・ごま油 ・薄力粉	・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 ・りょくとうもやし
30 土	スタミナ丼 じゃがいもと玉ねぎのスープ デザート	麦茶 クラッカー 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・にら・にんにく ・しょうが ・ゼリー

	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
本月の平均栄養量	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