

2025年度

8月献立（幼児食用）

下馬鳩ぼっぼ保育園

日 ／ 曜	献立名	おやつ 午後 午前	材 料 名		
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 15 ／ 金	ナスのミートスパゲティ ほうれん草のグリーンサラダ キャベツたっぷりスープ	牛乳 さつま芋クッキー	マカロニ・スパゲティ／ サフラワー油／きび糖／な たね油／さつまいも／薄力 粉／無塩バター	豚ひき肉／ベーコン／豚ロ ス肉／牛乳	玉葱／にんじん／マッシュルーム ／なす／トマト缶詰(ホール)／レ タス／ほうれん草／きゅうり／ みずかけな／トマト／キャベツ／ 干し椎茸／にんにく
2 16 30 土	ブルコギトッパブ もやしとニラのごまだれ和え わかめとえのきのスープ	牛乳 りんごクッキー	米／ごま油／きび糖／ごま ／薄力粉／なたね油	豚モモ肉／甜面醬／生わか め／牛乳	玉葱／にんじん／青ピーマン／生 しいたけ／にんにく／りょくとう もやし／にら／えのきたけ／りん ご
4 18 ／ 月	あんかけうどん れんこんと鶏の甘味噌炒め 海苔中華サラダ	牛乳 焼きおにぎり	干しうどん(乾)／きび糖／ かたくり粉／ごま油／ごま ／米	豚ひき肉／鶏モモ肉／甜面 醬／生わかめ／焼きのり／ 牛乳	チンゲンツァイ／生しいたけ／に んじん／にんにく／れんこん／こ ぼろ／さやいんげん／ぶなしめじ ／きゅうり／キャベツ／レタス／ ねぎ
5 19 ／ 火	ご飯 鰯の五色揚げ もやしとピーマンのごま和え おかひじきとキャベツのみそ汁	牛乳 お豆腐ブラウニー	米／かたくり粉／さつまい も／なたね油／きび糖／ご ま／薄力粉	まあじ／大豆(国産、ゆで) ／油揚げ／麦みそ／牛乳／ 木綿豆腐／豆乳	にんじん／えだまめ／りょくとう もやし／青ピーマン／おかひじき ／えのきたけ／キャベツ／玉葱
6 20 ／ 水	食パン 豚肉とキャベツの洋風炒め フルーツサラダ 大根スープ	牛乳 ソーセージ炒飯	食パン／じゃがいも／なた ね油／米	豚モモ肉／ヨーグルト(全脂 無糖)／鶏ひき肉／牛乳／ ウィンナー	玉葱／キャベツ／にんじん／ブ ロッコリー／パジル／にんにく／ りんご／パインアップル(缶詰)／ 温州蜜柑缶詰(果肉)／バナナ／レ タス／だいこん／こまつな
7 21 ／ 木	ご飯 厚揚げと青梗菜の炒め物 もやしとえのきの梅和え みそけんちん	牛乳 蒸しパン	米／なたね油／きび糖／ご ま油／板こんにゃく／薄力 粉／上白糖／さつまいも	生揚げ／豚ロース肉／さくらえ び(素干し)／かつお加工品 (かつお節)／油揚げ／麦み そ／牛乳	チンゲンツァイ／にんじん／ねぎ ／しょうが／りょくとうもやし／ きゅうり／えのきたけ／梅(塩漬) ／こぼろ／だいこん
8 22 ／ 金	夏野菜カレー レタスとパインのサラダ ジュリエンスープ	牛乳 ミレービスケット ミニわかめちゃん	米／なたね油／オリーブ油 ／きび糖	鶏モモ肉／ベーコン／牛乳	玉葱／日本かぼちゃ／ズッキーニ ／青ピーマン／なす／にんじん／ レタス／きゅうり／みずかけな／ とうもろこし缶詰(ホール)／パイン アップル(缶詰)／えのきたけ／パ セリ
9 23 ／ 土	キャロットピラフ りんごとキャベツのサラダ カラフル野菜のスープ	牛乳 オニオンクラッカー	米／なたね油／無塩バター ／サフラワー油／きび糖／ 薄力粉／オリーブ油	鶏モモ／ベーコン／牛乳	にんじん／玉葱／マッシュルーム ／にんじんジュース(缶詰)／グ リンピース(冷凍)／キャベツ／きゅ うり／りんご／えのきたけ／セロ リ／とうもろこし缶詰(ホール)
25 ／ 月	ソフトフランス マーマレードチキン キャベツとツナのコーンマヨ 夏野菜のスープ	牛乳 コーンフ레이크おこし	フランスパン／オリーブ油 ／きび糖／コーンフ레이크 ／無塩バター／ごま／マ シュマロ	鶏モモ肉／まぐろ缶詰(水煮 ルーグイト)／豚モモ肉／牛乳	マーマレード(高糖度)／キャベツ ／にんじん／きゅうり／とうもろ こし缶詰(ホール)／レモン(果汁、生)／ トマト／玉葱／なす／ズッキーニ ／にんにく／トマト缶詰(ホール)
12 26 ／ 火	中華丼 きゅうりと竹輪のごま和え 大根の中華風スープ	牛乳 スティッククッキー	米／なたね油／かたくり粉 ／きび糖／ごま／薄力粉／ じゃがいも／無塩バター／ オリーブ油	豚モモ肉／焼き竹輪／わか め／牛乳	はくさい／生しいたけ／にんじん ／玉葱／たけのこ(ゆで)／きゅ うり／だいこん／ぶなしめじ／えの きたけ／ねぎ
13 27 ／ 水	ご飯 鶏肉のやわらか照りつけ 切干大根と里芋の旨煮 たっぷり野菜の千六本汁	牛乳 ラスク	米／てんさい糖／かたくり 粉／さといも／きび糖／食 パン／はちみつ／無塩バ ター	鶏モモ肉／油揚げ／麦みそ ／牛乳	しょうが／切干しいたけ／にん じん／だいこん／生しいたけ／た けのこ／こぼろ／ねぎ
14 28 ／ 木	ガーリックチキンライス パリパリサラダ かぼちゃコンスープ	牛乳 とうもろこしとさつま芋	米／なたね油／ぎょうざの 皮／米油／てんさい糖／オ リーブ油／さつまいも	鶏モモ肉／鶏ひき肉／牛乳	にんにく／玉葱／にんじん／青 ピーマン／とうもろこし缶詰(ホール) ／レタス／サニーレタス／きゅ うり／みずかけな／トマト／日本か ぼちゃ／ブロッコリー／とうもろ こし缶詰(ホール)／とうもろこし
29 ／ 金	豆腐の冷しゃぶサラダうどん かぼちゃの天ぷら 茄子と油揚げの田舎煮	牛乳 ワカメおにぎり	干しうどん(乾)／きび糖／ 薄力粉／米油／米／ごま	豚モモ肉／木綿豆腐／かつ お加工品(かつお節)／油揚 げ／鶏モモ肉／牛乳／生わ かめ	レタス／トマト／しそ葉／レモン (果汁、生)／だいこん／日本かぼ ちゃ／なす／しょうが
月平均栄養価		エネルギー 脂 質	533kcal 17.6g	タンパク質 食塩相当量	19.7g 1.6g