



# 令和7年 8月 献立表



🍌 献立は都合により変更する場合があります。

※のついているところは、アレルゲンを含むお菓子を使用することもあります。

亀井野保育園

| 日 付 |    | 曜日 | 午前おやつ         | 普通食<br>昼食                                      | 午後<br>おやつ                                                         | 保育園 一日の栄養量<br>0.1歳クラスは朝おやつのお食分も含まれています |     |        |      |       |      |       |     | 炭水化物<br>脂質<br><br>(力になる<br>黄の食品) | たんぱく質<br><br>(血になる<br>赤の食品) | ビタミン<br><br>(体を整える<br>緑の食品) | アレルゲン |   |     |             |     |                       |
|-----|----|----|---------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----|--------|------|-------|------|-------|-----|----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------|---|-----|-------------|-----|-----------------------|
|     |    |    |               |                                                |                                                                   | 熱量(kcal)                               |     | 蛋白質(g) |      | 脂質(g) |      | 塩分(g) |     |                                  |                             |                             | 卵     | 乳 | いくら | キウイ<br>フルーツ | 山いも | くるみ<br>アーモンド<br>ピーナッツ |
|     |    |    |               |                                                |                                                                   | 幼児                                     | 乳児  | 幼児     | 乳児   | 幼児    | 乳児   | 幼児    | 乳児  |                                  |                             |                             |       |   |     |             |     |                       |
| 1   | 25 | 金  | ぎゅうにゅう<br>おかし | うめごはん しゃけのマヨネーズやき<br>ひじきのにも みそしる               | ぎゅうにゅう<br>フルーチェ おかし                                               | 714                                    | 642 | 25.7   | 23.3 | 31.5  | 29.6 | 3.5   | 2.9 | ごはん                              | しゃけ                         | にんじん                        | ※     | ○ | ※   | ※           | ※   | ※                     |
| 2   | 16 | 土  | むぎちゃ<br>おかし   | ひやしきつねうどん ポテトサラダ                               | むぎちゃ おかし フルーツ                                                     | 526                                    | 422 | 14.8   | 11.7 | 28.3  | 22.8 | 1.9   | 1.5 | うどん                              | ささみ                         | ほうれん<br>そう                  |       |   |     |             |     |                       |
| 4   | 18 | 月  | ぎゅうにゅう<br>おかし | 新メニュー タンドリーチキン<br>こまつなとツナのソテー やさいスープ           | ぎゅうにゅう<br>おこのみやき                                                  | 766                                    | 676 | 33.5   | 29.0 | 26.2  | 25.4 | 1.2   | 1.1 | ごはん                              | とりにく                        | こまつな                        | ※     | ○ | ※   | ※           | ※   | ※                     |
| 5   | 19 | 火  | ぎゅうにゅう<br>おかし | ぎゅうにゅう レーズンロール<br>ラタトウイユ とうにゅうスープ              | むぎちゃ<br>ところてん おせんべい                                               | 480                                    | 457 | 19.3   | 18.3 | 13.9  | 15.6 | 3.3   | 2.6 | レーズン<br>ロール                      | とりにく                        | トマト                         | ○     | ○ | ※   | ※           | ※   | ※                     |
| 6   | 20 | 水  | ぎゅうにゅう<br>おかし | しおラーメン<br>じゃがいものそぼろあん ラッシー                     | むぎちゃ<br>ジューシー                                                     | 562                                    | 520 | 21.4   | 20.3 | 12.9  | 14.1 | 2.2   | 1.8 | ちゅうかめ<br>ん                       | ぶたにく                        | ニラ                          | ○     | ○ |     |             |     |                       |
| 7   | 21 | 木  | ぎゅうにゅう<br>おかし | しろみぎかなのコーンフレークやき<br>おくらののりあえ みそしる              | むぎちゃ<br>7日ソフトクリーム<br>21日ブルーゼリー おせんべい                              | 738                                    | 650 | 33.1   | 28.9 | 24.2  | 23.8 | 2.9   | 2.1 | ごはん                              | しろみぎ<br>かな                  | おくら                         | ※     | ○ |     |             |     |                       |
| 8   | 22 | 金  | ぎゅうにゅう<br>おかし | しょうがやき サラダな<br>マカロニサラダ みそしる                    | 0.1歳)ラッシー パナナ おかし<br>2歳〜)むぎちゃ パナナヨーグルト                            | 644                                    | 613 | 24.8   | 22.6 | 14.9  | 20.4 | 2.5   | 2.0 | ごはん                              | ぶたにく                        | にんじん                        | ※     | ○ |     |             |     |                       |
| 9   | 23 | 土  | むぎちゃ<br>おかし   | ちゅうかどん わかめのナムル みそしる                            | むぎちゃ おかし フルーツ                                                     | 487                                    | 388 | 11.9   | 9.5  | 8.3   | 6.6  | 2.5   | 2.0 | ごはん                              | ぶたにく                        | にんじん                        |       |   |     |             |     |                       |
| 12  | 26 | 火  | ぎゅうにゅう<br>おかし | マーボーはるさめどんぶり<br>レタスとツナのサラダ ちゅうかスープ             | 12日 ぎゅうにゅう<br>0〜2歳)パンケーキ<br>3歳〜)チョコパンケーキ<br>26日 ぎゅうにゅう<br>にんじんケーキ | 586                                    | 539 | 16.9   | 16.5 | 21.8  | 21.8 | 2.1   | 1.7 | ごはん                              | ぶたひき<br>にく                  | ピーマン                        | ※     | ○ |     |             |     |                       |
| 13  | 27 | 水  | ぎゅうにゅう<br>おかし | なつやさいカレー<br>きりぼしだいこんのごまずあえ ラッシー                | ぎゅうにゅう<br>13日ナポリタンスパゲッティ<br>27日おかし フルーツ                           | 844                                    | 746 | 26.1   | 23.7 | 32.8  | 30.6 | 3.8   | 3.0 | ごはん                              | とりひきに<br>く                  | ズッキー<br>ニ                   | ※     | ○ | ※   | ※           | ※   | ※                     |
| 14  | 28 | 木  | ぎゅうにゅう<br>おかし | 新メニュー ぶたねぎおおむぎめん<br>さつまいものしおバター ピーチラッシー        | むぎちゃ<br>チャーハン                                                     | 702                                    | 635 | 18.0   | 17.4 | 27.3  | 26.3 | 1.9   | 1.6 | おおむぎ<br>めん                       | ぶたにく                        | ほうれん<br>そう                  | ※     | ○ |     |             |     |                       |
| 15  |    | 金  | ぎゅうにゅう<br>おかし | チンジャオロース<br>かいそうサラダ みそしる                       | むぎちゃ<br>おかし フルーツ                                                  | 603                                    | 486 | 15.8   | 12.8 | 17.4  | 14.8 | 3.0   | 2.4 | ごはん                              | ぎゅうにく                       | ピーマン                        | ※     | ○ | ※   | ※           | ※   | ※                     |
|     | 30 | 土  | むぎちゃ<br>おかし   | ウインナーピラフ はるさめサラダ みそしる                          | むぎちゃ おかし フルーツ                                                     | 617                                    | 492 | 14.4   | 11.5 | 16.1  | 12.8 | 4.4   | 3.3 | ごはん                              | ツナ                          | にんじん                        |       |   |     |             |     |                       |
| 誕生会 | 29 | 金  | ぎゅうにゅう<br>おかし | じゃこふりかけごはん とうふシューマイ サラダな<br>きゅうりとトマトのすのもの みそしる | ぎゅうにゅう<br>マリトッツォふうロールパン                                           | 678                                    | 612 | 23.4   | 21.7 | 22.7  | 22.7 | 2.4   | 1.9 | ごはん                              | とりひきに<br>く                  | トマト                         | ○     | ○ |     |             |     |                       |

🍉 8月後半より、てんとうむし組の給食では、梅やゆかりの提供を予定しています。まだお家で食べたことがないお子様はご家庭でお試ください 🍉