

2025年

## 8月給食予定献立表

はーとらいふ保育園

| 日  | 曜 | 献立名                          | おやつ     | おもな食品と体内ではたらく  |                                  |                               | エネルギー    |
|----|---|------------------------------|---------|----------------|----------------------------------|-------------------------------|----------|
|    |   |                              |         | 血や肉、骨となるもの     | 体の調子を整えるもの                       | 熱や力のもとになるもの                   |          |
|    |   |                              |         | 赤の食品           | 緑の食品                             | 黄の食品                          |          |
| 1  | 金 | ご飯 鶏肉の塩麹焼き 里芋煮物 すまし汁         | ビスケット   | 鶏肉             | 白菜 しいたけ ねぎ 人参                    | 米 里芋 小麦粉 マヨネーズ グラニュー糖         | 320 kcal |
| 2  | 土 | ご飯 鶏肉の南蛮漬け マカロニサラダ すまし汁      | クラッカー   | 鶏肉 卵 ハム        | 玉葱 人参 ピーマン きゅうり                  | 米 片栗粉 マヨネーズ グラニュー糖 ごま油        | 450 kcal |
| 4  | 月 | ご飯 白身魚の竜田揚げ さつま芋の煮物 みそ汁      | プリン     | 鰯              | 人参 しょうが ねぎ                       | 米 さつま芋 片栗粉 グラニュー糖 大豆油         | 351 kcal |
| 5  | 火 | 肉みそハッゲツティ キャベツとチーズのサラダ コンソメ汁 | はちやぐみ棒  | 豚肉 チーズ         | 玉葱 人参 キャベツ わかめ                   | 麺 オリーブ油 サラダ油 グラニュー糖 マヨネーズ 片栗粉 | 366 kcal |
| 6  | 水 | ご飯 豆腐チャンプルー ふろふき大根 すまし汁      | バナナ     | 豚肉 豆腐          | キャベツ 玉葱 人参 大根 ゆず                 | 米 サラダ油 グラニュー糖                 | 348 kcal |
| 7  | 木 | カレーライス コールスローサラダ みそ汁         | ぼたぼた焼き  | 豚肉             | 玉葱 人参 キャベツ                       | 米 じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ ごま油         | 433 kcal |
| 8  | 金 | ご飯 鶏肉のパン粉焼き 炒り豆腐 みそ汁         | オレンジ    | 鶏肉 卵 豆腐        | 人参 しいたけ 玉葱                       | 米 パン粉 グラニュー糖 サラダ油             | 320 kcal |
| 9  | 土 | ご飯 チャプチェ 南瓜の煮物 みそ汁           | ちんすこう   | 豚肉             | 玉葱 人参 パプリカ しいたけ ねぎ ニラ 生姜 南瓜      | 米 春雨 グラニュー糖 ごま油               | 355 kcal |
| 12 | 火 | 焼うどん お好み焼き風 みそ汁              | せんべい    | 豚肉 チーズ 削り節     | 人参 キャベツ ピーマン もやし 玉葱 コーン          | 麺 サラダ油 小麦粉                    | 335 kcal |
| 13 | 水 | ご飯 鶏肉治部煮 野菜炒め みそ汁            | バナナ     | 鶏肉 ポークランチョンミート | 人参 椎茸 ニラ ねぎ しょうが                 | 米 片栗粉 グラニュー糖 サラダ油             | 342 kcal |
| 14 | 木 | ご飯 豚肉の青じそ炒め こんにゃく炒め煮 みそ汁     | ビスケット   | 豚肉             | 玉葱 いんげん 大葉 こんにゃく 人参 しょうが         | 米 サラダ油 グラニュー糖                 | 358 kcal |
| 15 | 金 | ご飯 鰯の味噌焼き そうめんチャンプルー すまし汁    | オレンジ    | 鰯              | ニラ もやし 人参 ねぎ                     | 米 そうめん サラダ油 グラニュー糖 ごま油        | 322 kcal |
| 16 | 土 | ご飯 豆腐と豚肉の炒め物 大根の塩金平 みそ汁      | クラッカー   | 豚肉 豆腐 ベーコン     | 玉葱 ニラ 筍 ねぎ 大根                    | 米 グラニュー糖 片栗粉 サラダ油             | 426 kcal |
| 18 | 月 | ご飯 豚肉の塩だれ炒め じゃが芋煮物 みそ汁       | はちやぐみ棒  | 豚肉             | パプリカ 人参 もやし ニラ                   | 米 じゃが芋 サラダ油 ごま油 グラニュー糖        | 355 kcal |
| 19 | 火 | ご飯 鰯の照焼き チンゲン菜ソテー みそ汁        | バナナ     | 鰯 コーンビーフ       | チンゲン菜 人参 しめじ                     | 米 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ油            | 289 kcal |
| 20 | 水 | 沖縄そば 三枚肉の煮物 クービリチー           | ぼたぼた焼き  | 豚肉             | 青ねぎ 昆布 切干大根 しいたけ 人参              | 麺 グラニュー糖 サラダ油                 | 399 kcal |
| 21 | 木 | ご飯 鶏肉のマーマレード焼き ゴーヤの卵とじ みそ汁   | 青りんごゼリー | 鶏肉 卵           | ゴーヤ 玉葱 人参                        | 米 マーマレードジャム サラダ油              | 345 kcal |
| 22 | 金 | カレーライス スパゲッティサラダ コンソメ汁       | オレンジ    | 豚肉 ツナ          | 玉葱 人参 ワカメ しょうが にんにく              | 米 スパゲッティ じゃが芋 サラダ油 マヨネーズ      | 438 kcal |
| 23 | 土 | ご飯 鶏肉のトマトソース煮 春雨の酢の物 みそ汁     | ビスケット   | 鶏肉 卵           | 玉葱 ブロッコリー 胡瓜 人参                  | 米 じゃが芋 グラニュー糖 サラダ油 ごま油 小麦粉 春雨 | 382 kcal |
| 25 | 月 | ご飯 白身魚の焼き南蛮漬け 南瓜のカレー風味サラダ    | ちんすこう   | ホキ ベーコン        | 玉葱 人参 ピーマン 南瓜                    | 米 グラニュー糖 マヨネーズ サラダ油           | 372 kcal |
| 26 | 火 | ご飯 バーベキューチキン ビーフソテー みそ汁      | バナナ     | 鶏肉             | 玉葱 人参 椎茸 ピーマン しょうが               | 米 ビーフン グラニュー糖 サラダ油 ごま油        | 323 kcal |
| 27 | 水 | ナポリタンスパゲッティ ゴボウサラダ コンソメ汁     | せんべい    | ポークソーセージ 卵 チーズ | 玉葱 ごぼう 人参 ピーマン 胡瓜 わかめ トマト        | 麺 大豆油 マヨネーズ ごま                | 343 kcal |
| 28 | 木 | ご飯 回鍋肉 さつま芋の煮物 みそ汁           | オレンジ    | 豚肉             | 玉葱 人参 ピーマン キャベツ 筍                | 米 グラニュー糖 さつまいも サラダ油           | 363 kcal |
| 29 | 金 | ご飯 チキンシチュー 切昆布炒め煮 コンソメ汁      | クラッカー   | 鶏肉 豚肉          | 玉葱 人参 しめじ ブロッコリー 昆布 いんげん 椎茸 キャベツ | 米 じゃが芋 ごま油 サラダ油               | 385 kcal |
| 30 | 土 | ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き ゴーヤチャンプルー みそ汁  | はちやぐみ棒  | 鶏肉 豆腐 ツナ       | ゴーヤー もやし 人参                      | 米 小麦粉 サラダ油 マヨネーズ              | 349 kcal |

\* 仕入れ状況等により、メニューの一部が変更になる場合がございます。ご了承ください。



2025年

## 8 月 離乳食（中期） 予定献立表

はーとらいふ保育園

| 月   |                                                             | 火   |                                                              | 水   |                                                             | 木   |                                                           | 金   |                                                               | 土   |                                                              |
|-----|-------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------|-----|-------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------|-----|---------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------------------------------------|
|     |                                                             |     |                                                              |     |                                                             |     |                                                           | 1日  |                                                               | 2日  |                                                              |
|     |                                                             |     |                                                              |     |                                                             |     |                                                           | 昼   | おかゆ<br>魚煮(白身魚・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・昆布だし)        | 昼   | おかゆ<br>鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし)<br>さつま芋煮(さつま芋・昆布だし)<br>汁(玉葱・麩・昆布だし) |
|     |                                                             |     |                                                              |     |                                                             |     |                                                           | おやつ | ビスケット                                                         | おやつ | 乳児用菓子                                                        |
| 4日  |                                                             | 5日  |                                                              | 6日  |                                                             | 7日  |                                                           | 8日  |                                                               | 9日  |                                                              |
| 昼   | おかゆ<br>鶏肉と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし)<br>大根煮(大根・昆布だし)<br>汁(玉葱・昆布だし)     | 昼   | おかゆ<br>魚煮(白身魚・昆布だし)<br>じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(人参・チンゲン菜)       | 昼   | おかゆ<br>豆腐煮(絹豆腐・昆布だし)<br>里芋煮(里芋・昆布だし)<br>汁(玉葱・人参・昆布だし)       | 昼   | おかゆ<br>魚煮(白身魚・昆布だし)<br>里芋煮(里芋・人参・昆布だし)<br>汁(ほうれん草・昆布だし)   | 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>とうがん煮(とうがん・昆布だし)<br>汁(人参・ほうれん草・昆布だし)   | 昼   | おかゆ<br>鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・昆布だし)  |
| おやつ | プリン                                                         | おやつ | 乳児用菓子                                                        | おやつ | バナナ                                                         | おやつ | 乳児用菓子                                                     | おやつ | オレンジ                                                          | おやつ | 乳児用菓子                                                        |
| 11日 |                                                             | 12日 |                                                              | 13日 |                                                             | 14日 |                                                           | 15日 |                                                               | 16日 |                                                              |
| 山の日 |                                                             | 昼   | おかゆ<br>豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし)<br>さつま芋煮(さつま芋・昆布だし)<br>汁(チンゲン菜・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・人参・昆布だし)   | 昼   | おかゆ<br>魚煮(白身魚・昆布だし)<br>里芋煮(里芋・人参・昆布だし)<br>汁(キャベツ・昆布だし)    | 昼   | おかゆ<br>鶏肉の煮物(鶏肉・人参・昆布だし)<br>じゃが芋煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(ほうれん草・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>鶏と人参煮(鶏ささ身・人参・昆布だし)<br>南瓜煮(南瓜・昆布だし)<br>汁(ほうれん草・昆布だし)  |
|     |                                                             | おやつ | せんべい                                                         | おやつ | バナナ                                                         | おやつ | ビスケット                                                     | おやつ | オレンジ                                                          | おやつ | 乳児用菓子                                                        |
| 18日 |                                                             | 19日 |                                                              | 20日 |                                                             | 21日 |                                                           | 22日 |                                                               | 23日 |                                                              |
| 昼   | おかゆ<br>魚煮(白身魚・昆布だし)<br>じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし)<br>汁(チンゲン菜・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・昆布だし)  | 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>とうがん煮(とうがん・昆布だし)<br>汁(人参・ほうれん草・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>白菜煮(白菜・昆布だし)<br>汁(人参・玉葱・昆布だし)      | 昼   | おかゆ<br>豆腐煮(絹豆腐・昆布だし)<br>里芋煮(里芋・昆布だし)<br>汁(玉葱・人参・昆布だし)         | 昼   | おかゆ<br>鶏と人参煮(鶏肉・人参・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・昆布だし)  |
| おやつ | 乳児用菓子                                                       | おやつ | バナナ                                                          | おやつ | 乳児用菓子                                                       | おやつ | 青りんごゼリー                                                   | おやつ | オレンジ                                                          | おやつ | 乳児用菓子                                                        |
| 25日 |                                                             | 26日 |                                                              | 27日 |                                                             | 28日 |                                                           | 29日 |                                                               | 30日 |                                                              |
| 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>とうがん煮(とうがん・昆布だし)<br>汁(人参・ほうれん草・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし)<br>さつま芋煮(さつま芋・昆布だし)<br>汁(チンゲン菜・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・人参・昆布だし)   | 昼   | おかゆ<br>豚肉煮(豚肉・昆布だし)<br>じゃが煮(じゃが芋・昆布だし)<br>汁(キャベツ・人参・昆布だし) | 昼   | おかゆ<br>豆腐煮(絹豆腐・人参・昆布だし)<br>さつま芋煮(さつま芋・昆布だし)<br>汁(チンゲン菜・昆布だし)  | 昼   | おかゆ<br>魚煮(白身魚・昆布だし)<br>じゃが芋煮(じゃが芋・人参・昆布だし)<br>汁(チンゲン菜・昆布だし)  |
| おやつ | 乳児用菓子                                                       | おやつ | バナナ                                                          | おやつ | せんべい                                                        | おやつ | オレンジ                                                      | おやつ | 乳児用菓子                                                         | おやつ | 乳児用菓子                                                        |

※食材等の都合により、献立を変更することがございます。