



令和7年度8月 給食献立表



大島なかよし保育園

★…郷土料理

日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ	材料名			栄養価		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
1	金	牛乳 のりものビスケット	ミルクパン 白身魚のパン粉焼き 野菜とベーコンのソテー コンソメスープ(マカロニ) りんご	牛乳 高野豆腐のそぼろごはん	ミルクパン マヨドレ パン粉 バター マカロニ 米 油 三温糖	かれい 白味噌 ベーコン 牛乳 鶏ひき肉 高野豆腐	パプリカ にんじん 小松菜 もやし 玉葱 りんご	482 kcal	22.8 g	2.2 g
2	16 土	牛乳 せんべい	キャベツとじゃこのパスタ じゃがいもコーン炒め コンソメスープ(玉葱) パナナ	牛乳 ぶどうゼリー ビスケット	スバグティ バター ごま油 じゃがいも マヨドレ ぶどうゼリー ビスケット	ウインナー 牛乳	キャベツ しめじ 玉葱 とうもろこし にんじん パナナ	427 kcal	12.2 g	1 g
4	18 月	牛乳 星のコーンスナック	ごはん チャプチェ さつま芋のレモン煮 たまごスープ すいか	麦茶 バニラアイス クラッカー	米 ごま油 はるさめ さつまいも 砂糖 白いりごま 片栗粉	豚ひき肉 たまご バニラアイス	生姜 にんじん ピーマン 玉葱 レモン果汁 すいか	569 kcal	14.3 g	1.1 g
5	19 火	牛乳 コーンクッキー	バタートースト ポークビーンズ ブロッコリーサラダ パナナ	牛乳 混ぜ込みいなり	食パン バター 油 じゃがいも 三温糖 砂糖 米 白いりごま	大豆 豚もも肉 牛乳 油揚げ 刻み海苔	玉葱 にんじん セロリ トマト缶 ブロッコリー とうもろこし パナナ 干し椎茸	526 kcal	19.5 g	1.7 g
6	20 水	牛乳 のりものビスケット	★奈良茶飯(奈良県) 鶏肉のごま味噌焼き きゅうりの酢の物 すまし汁(白菜) りんご	牛乳 豆腐ドーナツ	米 砂糖 白すりごま 油 小麦粉 グラニュー糖	鶏もも肉 白味噌 わかめ 牛乳 絹ごし豆腐	きゅうり 白菜 糸三つ葉 干し椎茸 りんご	548 kcal	19.7 g	1.3 g
7	21 木	牛乳 クラッカー	焼きそば かぼちゃサラダ みそ汁(ほうれん草) オレンジ	牛乳 枝豆ゆかりおにぎり	中華麺 砂糖 油 マヨドレ 米	豚もも肉 ロースハム 白味噌 味噌 牛乳	生姜 玉葱 キャベツ にんじん ピーマン かぼちゃ きゅうり ほうれん草 オレンジ 枝豆	510 kcal	17.7 g	2.3 g
8	22 金	牛乳 コーンクッキー	ごはん 鮭の塩焼き ささみとオクラの梅和え みそ汁(えのき) パナナ	牛乳 きな粉マカロニ	米 油 砂糖 ごま油 マカロニ 黒砂糖	さけ ささみ 味噌 牛乳 きなこ	オクラ きゅうり にんじん 練り梅 えのき 葉葱 パナナ	494 kcal	25.7 g	1.3 g
9	23 土	牛乳 ビスケット	焼き鳥丼 大根サラダ みそ汁(さつまいも) りんご	牛乳 プリン せんべい	米 油 砂糖 マヨドレ さつまいも プリン せんべい	鶏もも肉 刻み海苔 ツナ 味噌 牛乳	葱 大根 きゅうり にんじん 玉葱 りんご	535 kcal	22.2 g	1.5 g
	25 月	牛乳 星のコーンスナック	ロールパン チーズオムレツ コールスローサラダ 南瓜のポターージュ メロン	牛乳 五目おこわ	ロールパン 油 じゃがいも マヨドレ バター 米 もち米 糸こんにゃく	ベーコン チーズ たまご 牛乳 白味噌 油揚げ	玉葱 キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし かぼちゃ メロン 干し椎茸 ごぼう	575 kcal	21.5 g	3 g
12	26 火	牛乳 コーンクッキー	麦ごはん 手作りつくね 小松菜ときのこのお浸し みそ汁(冬瓜) オレンジ	牛乳 メロンパン風トースト	米 押麦 砂糖 片栗粉 食パン ホットケーキミックス 豆乳バター グラニュー糖	鶏ひき肉 ひじき 味噌 油揚げ 牛乳 絹ごし豆腐	生姜 玉葱 にんじん 大葉 小松菜 白菜 しめじ 冬瓜 葉葱 オレンジ	524 kcal	21.5 g	1.9 g
13	27 水	牛乳 のりものビスケット	冷やし中華 パンパンジー わかめスープ パナナ	牛乳 ケチャップライスおにぎり	中華麺 ごま油 砂糖 練りごま 白いりごま 米 バター	ロースハム ささみ わかめ 牛乳	もやし きゅうり トマト キャベツ にんじん 玉葱 葱 パナナ グリンピース とうもろこし トマトピューレ	490 kcal	21.4 g	3.5 g
14	28 木	牛乳 クラッカー	カレーライス グリーンサラダ かぶスープ りんご	麦茶 フルーツヨーグルト	米 油 じゃがいも 豆乳バター 小麦粉 三温糖 砂糖	豚もも肉 ヨーグルト	生姜 玉葱 にんじん レタス きゅうり ブロッコリー かぶ りんご パナナ パイン缶 白桃缶	490 kcal	12.4 g	2.1 g
15	29 金	牛乳 のりものビスケット	ごはん あじの南蛮漬け ほうれん草の白和え みそ汁(なす) オレンジ	牛乳 ★小麦まんじゅう(栃木県)	米 片栗粉 油 ごま油 三温糖 砂糖 白すりごま 小麦粉	あじ 木綿豆腐 ちくわ 白味噌 味噌 牛乳 こしあん	生姜 玉葱 ピーマン にんじん ほうれん草 なす ねぎ オレンジ	510 kcal	23.2 g	1.4 g
	30 土	牛乳 せんべい	みそ豚丼 いんげんのごまマヨ和え すまし汁(大根) パナナ	牛乳 ぶどうゼリー ビスケット	米 油 砂糖 マヨドレ 黒いりごま ぶどうゼリー ビスケット	豚もも肉 味噌 わかめ 牛乳	生姜 キャベツ 玉葱 さやいんげん にんじん 大根 パナナ	481 kcal	18.3 g	1.4 g

※今月の果物は、りんご・バナナ・オレンジ・メロン・すいかを予定しています。(入荷状況により日々の使用を決定しています。)
 ※献立(食材)は保育園の行事・その他の都合により変更になることがありますのでご了承下さい。献立が変更になった場合はお知らせします。
 ※まだ食べたことのない食材がある場合は、ご家庭でお試ください。