

令和7年 8月 給食献立表

社会福祉法人多摩養育園
光明第四こども園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 金	かき氷	高野豆腐のじゃじゃ麺、のりとコーンのかき揚げ、キャベツの昆布和え、パン	ゆでうどん、〇米、天ぷら粉、片栗粉、〇油、砂糖、〇玄米	〇牛乳、〇豚肉(もも)、凍り豆腐、〇油揚げ、淡色みそ	バナナ、パイナップル、キャベツ、にんじん、コーン缶、きゅうり、焼きのり、〇刻みごま、塩ごま、〇しょうが	牛乳 しじゅうしおにぎり
2 土	豆びよココア	しっぽうどん、海老シューマイ、おからサラダ、バナナ	ゆでうどん、しゅうまい(冷凍)、〇ロールパン、マヨネーズ、砂糖	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、〇ホイップクリーム、おから、ハム、油揚げ、えび、◎豆乳飲料	バナナ、ミニブロッコリー、〇もも缶、にんじん、だいこん、万能ねぎ	牛乳 フルーツサンドパン
4 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、豚汁、カレイの煮つけ、小松菜の納豆あえ、オレンジ	米、〇じゃがいも、〇小麦粉、糸こんにゃく、〇パン粉、三温糖、〇油、玄米	〇牛乳、かえい、木綿豆腐、〇豚ひき肉、挽きわり納豆、豚肉(肩ロース)、米みそ、かつお節、◎豆乳	オレンジ、もやし、こまつな、にんじん、〇たまねぎ、ごぼう、オクラ、だいこん、〇にんじん、ねぎ、しょうが、◎きゅうり	牛乳 三島コロッケ
5 火	飲むヨーグルト	カレーライス、福神漬、牛乳、ブロッコリーと海老のサラダ、すいか	米、じゃがいも、〇じゃがいも、マヨネーズ、〇砂糖、玄米	牛乳、〇ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、卵、〇脱脂粉乳、◎ヨーグルト(ドリンク)	ミニブロッコリー、すいか、たまねぎ、〇みかん缶、〇バナナ、にんじん、福神漬	梅ジュース フルーツヨーグルト ポテトチップス
6 水	豆乳 大根スティック	ごはん、中華風コーンスープ、マーボー豆腐、春雨サラダ、キウイフルーツ	米、〇小麦粉、〇黒砂糖、はるさめ、砂糖、片栗粉、玄米、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、ハム、白みそ、テンメシジャン(落花生なしのもの)、◎豆乳	ねぎ、クリームコーン缶、キウイフルーツ、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、干しいたけ、しょうが、◎だいこん	牛乳 黒糖蒸しパン
7 木	飲むヨーグルト	ごはん、豆苗のすまし汁、鶏肉の香味焼き、切り干し大根とさつま揚げの炒り煮、オレンジ	米、〇ロールパン、〇ポテトチップス、玄米、〇マヨネーズ、砂糖、なたね油、ごま油	〇牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、さつま揚げ、米みそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、トウモロコシ(芽ばえ)、〇キャベツ、切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、カットわかめ	牛乳 ポテチパン
8 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、だいこんのみそ汁、あじフライ、マカロニサラダ、グレープフルーツ	米、〇小麦粉、マカロニ、〇やまといも、マヨネーズ、油、玄米、〇マヨネーズ、パン粉、小麦粉	〇牛乳、あじ、生揚げ、〇豚肉(もも)、ハム、米みそ、〇干しえび、〇かつお節、◎豆乳	グレープフルーツ、にんじん、だいこん、キャベツ、〇キャベツ、きゅうり、〇ねぎ、〇あおのり	牛乳 お好み焼き
9 土	豆びよいちご	チャーハン、わかめスープ、春巻き、バナナ	米、パリパリ春巻き、〇メロンパン、ごま油、油、玄米	〇牛乳、焼き豚、白いりごま、◎豆乳飲料	バナナ、ねぎ、たけのこ(ゆで)、にんじん、カットわかめ	牛乳 バナナメロンパン
11 月						
12 火	飲むヨーグルト	みそラーメン、揚げワンタン、ほうれん草のなめたけ和え、オレンジ	ゆで中華めん、ワンタンの皮、〇パイ皮、〇グラニュー糖、油	〇牛乳、豚ひき肉、赤みそ、かつお節、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、ほうれん草、もやし、コーン缶、にんじん、にら、なめたけ、たけのこ(塩蔵しなちく)	牛乳 手作り源氏パイ
13 水	豆乳 大根スティック	バターロール、オニオンスープ、ポークビーンズ、シーザーサラダ、キウイフルーツ	ロールパン、じゃがいも、オリツ、油、クルトン、マヨネーズ、フレンチドレッシング(白)、砂糖	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、ベーコン、粉チーズ、〇脱脂粉乳、◎豆乳	たまねぎ、レタス、キウイフルーツ、ダイズマト、にんじん、グリーンピース、みずな、にんにく、◎だいこん	牛乳 プリン リッツクラッカー
14 木	飲むヨーグルト	豚丼、ほうれん草と揚げのみそ汁、ポテトサラダ、すいか	米、じゃがいも、〇油、玄米、砂糖、マヨネーズ	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水煮缶、米みそ、油揚げ、◎ヨーグルト(ドリンク)	〇れんこんいちょう切り、すいか、たまねぎ、〇ごぼう、きゅうり、ほうれん草(冷凍)、にんじん、コーン缶、しょうが、〇あおのり	牛乳 根菜チップ
15 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、白菜とカニカマのすまし汁、カジキの味噌マヨ焼き、肉じゃが、オレンジ	米、じゃがいも、〇ゆでうどん、〇小麦粉、しらたき、マヨネーズ、玄米、砂糖、油	かじき、〇豚肉(肩ロース)、豚肉(肩ロース)、〇油揚げ、かにかまフレック、赤みそ、すりごま(白)、◎豆乳	オレンジ、はくさい、えのきたけ、たまねぎ、〇だいこん、〇にんじん、〇ごぼう、にんじん、〇ねぎ、さやえんどう	麦茶 すいとん汁 ※乳児クラスはうどん
16 土	豆びよココア	ナポリタン、青のりハッシュドポテト、野菜スティック、バナナ	スパゲティー、ハッシュドポテト、マヨネーズ	〇牛乳、〇原宿ドックチーズ、ウインナー、バター、白みそ、◎豆乳飲料	バナナ、ミニブロッコリー、たまねぎ、だいこん、ピーマン、にんじん、マッシュルーム、あおのり	牛乳 原宿ドック
18 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、豚汁、カレイの煮つけ、小松菜の納豆あえ、オレンジ	〇じゃがいも、米、〇小麦粉、糸こんにゃく、三温糖、〇油、玄米、〇パン粉	〇牛乳、かえい、木綿豆腐、挽きわり納豆、豚肉(肩ロース)、〇豚ひき肉、米みそ、〇牛ひき肉、かつお節、◎豆乳	オレンジ、もやし、こまつな、にんじん、〇たまねぎ、ごぼう、オクラ、だいこん、〇にんじん、ねぎ、しょうが、◎きゅうり	牛乳 スコップコロッケ
19 火	飲むヨーグルト	カレーライス、牛乳、ブロッコリーと海老のサラダ、福神漬、すいか	米、じゃがいも、マヨネーズ、玄米	牛乳、〇アイスクリーム、豚肉(肩ロース)、卵、◎ヨーグルト(ドリンク)	ミニブロッコリー、すいか、たまねぎ、にんじん、福神漬、〇もも液汁缶、〇ぶどう濃縮果汁、〇ストロベリーソース	麦茶 アイス屋さん
20 水	豆乳 大根スティック	ごはん、中華風コーンスープ、マーボー豆腐、春雨サラダ、キウイフルーツ	米、〇小麦粉、〇黒砂糖、はるさめ、砂糖、片栗粉、玄米、ごま油	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、ハム、白みそ、テンメシジャン(落花生なしのもの)、◎豆乳	ねぎ、クリームコーン缶、キウイフルーツ、きゅうり、チンゲンサイ、にんじん、干しいたけ、しょうが、◎だいこん	牛乳 黒糖蒸しパン
21 木	飲むヨーグルト	ごはん、豆苗のすまし汁、鶏肉の香味焼き、切り干し大根とさつま揚げの炒り煮、オレンジ	米、〇ロールパン、〇ポテトチップス、玄米、〇マヨネーズ、砂糖、なたね油、ごま油	〇牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、さつま揚げ、米みそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、トウモロコシ(芽ばえ)、〇キャベツ、切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、カットわかめ	牛乳 ポテチパン
22 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、だいこんのみそ汁、黒はんぺんのフライ、マカロニサラダ、グレープフルーツ	米、〇小麦粉、マカロニ、〇やまといも、マヨネーズ、油、玄米、〇マヨネーズ、パン粉、小麦粉	〇牛乳、黒はんぺん、生揚げ、〇豚肉(もも)、ハム、米みそ、〇干しえび、〇かつお節、◎豆乳	グレープフルーツ、にんじん、だいこん、キャベツ、〇キャベツ、きゅうり、〇ねぎ、〇あおのり	牛乳 お好み焼き
23 土	豆びよいちご	塩ラーメン、ぎょうざ、ブロッコリーとしらす和え、バナナ	ゆで中華めん、ぎょうざ(冷凍)、〇食パン、ごま油	〇牛乳、〇バター、豚ひき肉、〇粉チーズ、しらす干し、◎豆乳飲料	バナナ、ミニブロッコリー、もやし、にんじん、キャベツ、コーン缶、たけのこ(塩蔵しなちく)	牛乳 チーズトースト
25 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、にらともやしのみそ汁、鮭の塩麹焼き、大根と豚肉の煮物、オレンジ	米、〇小麦粉、〇砂糖、〇三温糖、玄米、塩こうじ、〇グラニュー糖	〇牛乳、さけ、豚肉(肩ロース)、生揚げ、〇卵、〇無塩バター、だし入りみそ、◎豆乳	オレンジ、だいこん、もやし、にんじん、にら、〇レモン果汁、〇レモン、◎きゅうり	牛乳 レモンケーキ
26 火	飲むヨーグルト	まっくろくすけのおにぎり、コーンスープ、鶏のから揚げ、野菜スティック、すいか	米、マヨネーズ、〇星の葱、油、玄米、片栗粉、〇油、小麦粉	〇牛乳、鶏もも肉、牛乳、鮭フレック、白みそ、スライスチーズ、◎ヨーグルト(ドリンク)	ミニブロッコリー、すいか、だいこん、コーン缶、にんじん、刻みのり、焼きのり、しょうが	牛乳 誕生会デザート お麩スナック
27 水	豆乳 大根スティック	きつねうどん、桜えびのかき揚げ、ほうれん草のなめたけ和え、キウイフルーツ	ゆでうどん、〇パイ皮、油、天ぷら粉、〇グラニュー糖	〇牛乳、干しえび、油揚げ、かまぼこ、かつお節、◎豆乳	ほうれん草、たまねぎ、キウイフルーツ、にんじん、もやし、ねぎ、なめたけ、干しいたけ、◎だいこん	牛乳 手作り源氏パイ
28 木	飲むヨーグルト	豚丼、ほうれん草と揚げのみそ汁、ポテトサラダ、オレンジ	米、じゃがいも、〇小麦粉、玄米、〇砂糖、〇マーブルシロップ、砂糖、マヨネーズ	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水煮缶、米みそ、〇バター、油揚げ、〇卵、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、たまねぎ、きゅうり、ほうれん草(冷凍)、にんじん、コーン缶、しょうが	牛乳 玄米フレッククッキー
29 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、白菜とカニカマのすまし汁、カジキの味噌マヨ焼き、肉じゃが、オレンジ	米、〇米、じゃがいも、しらたき、〇砂糖、マヨネーズ、〇玄米、玄米、砂糖、油	かじき、〇挽きわり納豆、豚肉(肩ロース)、かにかまフレック、赤みそ、すりごま(白)、◎豆乳	オレンジ、はくさい、えのきたけ、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、〇焼きのり	麦茶 納豆巻き
30 土	豆びよいちご	ハヤシライス、たまごトマトのスープ、切り干し大根のコールスロー風サラダ、バナナ	米、玄米、マヨネーズ、片栗粉	〇アイスクリーム、豚肉(肩ロース)、卵、ハム、◎豆乳飲料	たまねぎ、バナナ、トマト、コーン缶、切り干しだいこん、マッシュルーム、〇ブルーベリージャム、〇ストロベリーソース、カットわかめ	麦茶 アイス (バナナ・ガリガリ君)



☆ 一日あたりの平均給与量 ☆

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児	519kcal	20.7g	18.7g	225mg	2.1mg	177μg	0.37mg	0.40mg	40mg
3歳未満児	479kcal	20.1g	17.3g	248mg	2.3mg	145μg	0.31mg	0.40mg	33mg

・仕入等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。



☆ 今月の行事食 ☆

- 1日: 精進料理
- 4日: 三島コロッケ(静岡県)
- 5日: 収穫祭(ポテトチップス・梅ジュース)
- 15日: 終戦記念日
- 19日: アイス屋さん
- 22日: 黒はんぺんのフライ(静岡県)
- 26日: 誕生会
- 27日: 桜えびのかき揚げ(静岡県)

