

令和7年



8月の献立

久良岐保育園

日	曜日	1.2歳児 朝おやつ	給食	食材	おやつ	食材	1.2歳児 エネルギー たんぱく質	3.4.5歳児 エネルギー たんぱく質
1	金	麦茶 バナナ	ごはん なすと豚肉の味噌炒め 中華きゅうり もやしスープ	豚もも なす 玉葱 人参 ごま油 片栗粉 きゅうり セロリ 酢 ごま油 もやし にら	牛乳 枝豆		337 kcal 14.5 g	404 kcal 17.7 g
2	土	麦茶 星たべよ	スパゲッティきこり風 ごまキャベツ ポテトスープ	スパゲッティ ツナ缶 しめじ えのき 玉葱 トマト缶 ケチャップ グリンピース キャベツ 人参 すりごま じゃがいも 玉葱 人参	牛乳 かりんとう		404 kcal 15.4 g	480 kcal 19.3 g
4	月	麦茶 ヨーグルト (きなこ)	バターロール ボルシチ風 シーチキンサラダ オニオンスープ	豚もも 人参 玉葱 セロリ じゃが芋 キャベツ かぶ ベーコン トマト缶 ケチャップ パセリ クリーム ツナ缶 キャベツ きゅうり 人参 レモン マヨドレ 玉葱 パセリ	麦茶 チーズおかか おむすび	米 かつお節 チーズ のり	386 kcal 15 g	463 kcal 17.5 g
5	火	牛乳 バナナ	ごはん 豚レバーのかりん揚げ 納豆和え 味噌汁	豚レバー 生姜 片栗粉 油 すりごま ごま ケチャップ ソース 牛乳 チンゲン菜 人参 もやし 納豆 かぶ しめじ	麦茶 プルーン入り ヨーグルト	ヨーグルト プルーン コーンフレーク	450 kcal 19.2 g	432 kcal 18.9 g
6	水	麦茶 食べる 煮干し	ごはん マーボ豆腐 春雨とレタスのソテー チンゲン菜スープ	豚挽 豆腐 玉葱 ねぎ ごま油 片栗粉 にんにく 生姜 春雨 人参 レタス コーン ごま油 チンゲン菜 玉葱	牛乳 クラッカーサンド バナナ	クラッカー イチゴジャム クリームチーズ	439 kcal 16.3 g	536 kcal 19 g
7	木	牛乳 バナナ	ビビンバ丼 牛乳寒天 わかめと竹輪のスープ	米 豚挽 チンゲン菜 人参 もやし 大根 酢 ごま油 生姜 にんにく 牛乳寒天の素 牛乳 パイン缶 わかめ 竹輪 ねぎ ごま	麦茶 たぬきうどん	うどん ねぎ かまぼこ 揚げ玉 めんつゆ	445 kcal 16.8 g	428 kcal 15.7 g
8	金	麦茶 オレンジ	ごはん 鶏肉の甘辛煮 鉄骨サラダ 味噌汁	手羽元 ねぎ 生姜 酢 ひじき しらす干し 人参 きゅうり 酢 ごま油 マヨドレ 切り干し大根 なす 油揚げ	牛乳 シュガーサンド	食パン バター	432 kcal 16.8 g	521 kcal 20.8 g
9	土	麦茶 カルシウム せんべい	チキンライス じゃが芋としめじのサラダ キャベツスープ	米 鶏もも肉 バター 玉葱 コーン ケチャップ じゃが芋 しめじ インゲン マヨドレ ベーコン 酢 キャベツ 玉葱 パセリ	牛乳 ミニバーム クーヘン		465 kcal 14 g	537 kcal 17 g
12	火	麦茶 ウエハース	冷やしきつねうどん 竹輪の磯辺揚げ すいか	うどん 油揚げ ねぎ めんつゆ わかめ かまぼこ 焼き竹輪 薄力粉 片栗粉 青のり 油	牛乳 厚切り バームクーヘン ウエハース		608 kcal 17.8 g	650 kcal 20.6 g
13	水	麦茶 食べる 煮干し	しらすおむすび おかかおむすび シーチキンおむすび 南瓜サラダ 味噌汁	米 しらす のり 米 かつお節 のり 米 ツナ缶 マヨドレ のり 南瓜 きゅうり マヨドレ 豆腐 わかめ	牛乳 フルーツゼリー ウエハース		510 kcal 18.2 g	605 kcal 20.6 g
14	木	牛乳 カルシウム せんべい	ひじきごはん 鶏肉のから揚げ 塩もみ かきたま汁	米 ひじき 人参 油揚げ 鶏もも 片栗粉 酢 生姜 油 キャベツ きゅうり 卵 チンゲン菜	牛乳 あんぱん		597 kcal 26.9 g	646 kcal 30.9 g
15	金	麦茶 ぱりんこ	ごはん 豚肉の生姜焼き 大根炒めサラダ 味噌汁	豚ロース 生姜 切り干し大根 しらす干し ごま油 青のり 焼き麩 油揚げ	麦茶 パンプディング	食パン 牛乳 バター 卵	506 kcal 20 g	618 kcal 24.7 g
16	土	麦茶 マリー ビスケット	とん丼 にんじんしりしり 味噌汁	米 豚もも 玉葱 生姜 人参 ツナ缶 ごま油 酢 じゃが芋 わかめ	牛乳 ウエハース 星たべよ		411 kcal 17.5 g	465 kcal 21.2 g