



令和7年8月 献立表



打上保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
18月	ごはん,ツナシチュー,伴三条	米(60g),/ツナ缶・油なし(25g),たまねぎ(30g),にんじん(25g),じゃがいも(50g),油(3g),シチュールー(12g),/はるさめ(6g),キャベツ(20g),にんじん(15g),きゅうり(15g),砂糖(3g),しょうゆ(3g),酢(3g),/牛乳(120g),/すいか,/えびちび,	牛乳120,すいか,えびちび
19火	ごはん,白身魚フライ,かみかみサラダ,野菜のすまし汁 	米(55g),/白身魚フライ(1枚),トマトケチャップ(5g),マヨネーズ(5g),油(6g),/ごぼう(25g),キャベツ(15g),にんじん(7g),もやし(12g),油(3g),酢(3g),しょうゆ(4g),食塩(0g),砂糖(2g),ごま(乾)(1g),/キャベツ(15g),たまねぎ(15g),にんじん(10g),わかめ(0g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),しょうゆ(4g),食塩(0g),/牛乳(120g),/粉かんてん(1g),水(50g),砂糖(6g),100%オレンジジュース(30g),みかん缶(20g),/ぼたぼた焼き,	牛乳120,オレンジ寒,ぼたぼた焼き
20水	ごはん,凍豆腐の炒め煮,実沢山の味噌汁	米(55g),/凍豆腐(15g),ツナ缶・油なし(30g),たまねぎ(30g),にんじん(15g),三度豆(5g),油(1g),煮干し(1g),水(50g),砂糖(2g),しょうゆ(4g),/わかめ(0g),キャベツ(15g),じゃがいも(25g),青ねぎ(3g),みそ(10g),煮干し(3g),/牛乳(120g),/ヨーグルト,/揚げせんべい,	牛乳120,ヨーグルト,揚げせんべい
21木	チキンライス,フレンチサラダ,きのこスープ	米(60g),鶏肉(35g),たまねぎ(20g),にんじん(10g),顆粒コンソメ(1g),ケチャップ(7g),油(1g),/キャベツ(40g),にんじん(10g),ホールコーン(5g),フレンチドレッシング(白)※卵抜き(4g),/えのきたけ(13g),しめじ(13g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),顆粒コンソメ(1g),食塩(0g),しょうゆ(2g),/牛乳(120g),/温室メロン(30g),バナナ(10g),みかん缶(10g),桃缶(10g),レモン(1g),砂糖(8g),水(20g),/星たべよ,	牛乳120,フルーツボンチ,星たべよ
22金	ごはん,かき揚げ,もやしのナムル,味噌汁	米(55g),/かぼちゃ(10g),さつまいも(20g),たまねぎ(10g),にんじん(10g),だいず(ゆで)(17g),天ぷら粉(12g),食塩(0g),水(10g),油(5g),/もやし(42g),にんじん(20g),しょうゆ(2g),砂糖(2g),すりごま(1g),ごま油(1g),酢(2g),/木綿豆腐(40g),たまねぎ(10g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),/牛乳(120g),/みかん缶,/ぱりんこ	牛乳120,みかん缶,ぱりんこ
23土	ごはん(ふりかけ),肉わかめうどん	米(45g),/ふりかけ,/茹でうどん(100g),/牛肉(35g),キャベツ(20g),にんじん(20g),たまねぎ(30g),わかめ(0g),油(2g),食塩(0g),しょうゆ(2g),砂糖(2g),しょうゆ(3g),みりん(1g),昆布(1g),かつお節(2g),/ゼリー,/ソフトサラダ,	牛乳120,ゼリー,ソフトサラダ
25月	中華あん(丼),味噌汁	米(60g),豚肉(35g),たまねぎ(30g),にんじん(15g),干しいたけ(1g),キャベツ(40g),ピーマン(5g),ごま油(2g),水(40g),顆粒コンソメ(2g),しょうゆ(3g),食塩(0g),片栗粉(2g),/じゃがいも(40g),わかめ(0g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),/牛乳(120g),/とうもろこし,/揚げせんべい,	牛乳120,とうもろこし,揚げせんべい
26火	ごはん,鮭の塩焼き,きんぴら,揚げと野菜のすまし汁	米(55g),/鮭(60g),食塩(0g),/ごぼう(30g),にんじん(15g),系こんにやく(20g),油(2g),しょうゆ(3g),砂糖(3g),煮干し(1g),/薄揚げ(6g),青ねぎ(3g),たまねぎ(15g),にんじん(10g),煮干し(3g),しょうゆ(4g),食塩(0g),/牛乳(120g),/米粉(15g),コーンスターチ(5g),ベーキングパウダー(1.2g),砂糖(10g),ココア(ピュアココア)(2g),水(20g),/薄焼きサラダ,	牛乳120,ココア蒸しまんじゅう,薄焼きサラダ
27水	ごはん,トンポーロー風,中華スープ	米(55g),/豚肉(50g),青ねぎ(8g),チンゲンサイ(30g),にんじん(15g),じゃがいも(40g),たまねぎ(30g),しょうが(1g),油(3g),砂糖(3g),酒(2g),しょうゆ(4g),水(10g),片栗粉(2g),/もやし(12g),干しいたけ(1g),わかめ(0g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(3g),/牛乳(120g),/ゼリー,/えびちび,	牛乳120,ゼリー,えびちび
28木	大豆ごはん,キャベツのお浸し,豚汁	米(60g),/だいず(ゆで)(15g),ひじき(乾)(1g),にんじん(5g),油(2g),食塩(0g),しょうゆ(3g),酒(2g),花鰹(3g),水(30g),砂糖(2g),しょうゆ(2g),/キャベツ(40g),にんじん(10g),砂糖(1g),しょうゆ(2g),/豚肉(16g),にんじん(15g),たまねぎ(20g),薄揚げ(6g),青ねぎ(3g),煮干し(3g),みそ(10g),油(1g),/牛乳(120g),/米粉(20g),ベーキングパウダー(1g),かぼちゃ(15g),成分無調整豆乳(25g),レモン(1g),砂糖(6g),サラダ油(8g),/星たべよ,	牛乳120,マドレーヌ,星たべよ
29金	ごはん,チキンティッカ,大豆とひじきのサラダ,夏野菜のスープ	米(55g),/鶏肉(皮付)(1枚60g)(60g),食塩(0g),カレー粉(0g),ケチャップ(3g),顆粒コンソメ(1g),しょうゆ(1g),/だいず(ゆで)(12g),ひじき(乾)(1g),砂糖(2g),キャベツ(20g),にんじん(15g),しょうゆ(2g),酢(2g),油(1g),ごま油(1g),/トマト(30g),たまねぎ(20g),オクラ(3g),顆粒コンソメ(1g),食塩(0g),しょうゆ(2g),/牛乳(120g),/桃缶,/芋けんぴ,	牛乳120,桃缶,芋けんぴ
30土	ごはん(ふりかけ),コーンラーメン	米(45g),/ふりかけ,/麺(100g),/豚肉(35g),ホールコーン(20g),キャベツ(20g),たまねぎ(10g),にんじん(10g),もやし(8g),干しいたけ(1g),煮干し(1g),しょうゆ(3g),食塩(0g),顆粒コンソメ(0.8g),ごま油(0.1g),/牛乳(120g),/ゼリー,/ぼたぼた焼き,	牛乳120,ゼリー,ぼたぼた焼き

※お弁当の日…14日(木)、15(金)

※献立は都合により変更する場合があります

※完了期おやつは後期食おやつと同じ内容になります。(ただし、育児用ミルクは牛乳120gとなります。)

※使用量の数値は小数点第一位以下が四捨五入された値です。