

2025年8月

献立表（乳児）

日 曜	時間帯			21 木	昼食	麦ごはん たらのおかか衣 鉄分サラダ 卵のみそ汁 バナナ	米、水 たら、食塩、卵、小麦粉、水、油、めんつゆ、砂糖、みりん、かつお節、しょうゆ ひじき、人参、枝豆、ツナ水煮缶、マヨネーズ、砂糖、コーン、しょうゆ、すりごま 玉ねぎ、人参、えのきたけ、卵、カットわかめ、かつおだし汁、みそ エネルギー680kcal 食塩2.3 g
		材 料 名					
1 金	昼食	ごはん 厚揚げのカレー煮 海藻サラダ オレンジ	米、水 豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、じゃが芋、生揚げ、カレー粉、おろしにんにく、水、油、みりん、砂糖、醤油、食塩、中華だし、片栗粉 ハム、塩こんぶ、角かんでん、キャベツ、こまつな、コーン缶、酢、ごま油、砂糖、食塩、しょうゆ、ごま エネルギー528kcal 食塩1.6 g		午後おやつ	お菓子、牛乳	
	午後おやつ 2日土曜日	さつま芋の甘煮、牛乳	さつまいも、砂糖、しょうゆ お 弁 当 の 日	22 金	昼食	ごはん マーボー豆腐 切干大根のごまネーズ バナナ	米、水 木綿豆腐、豚ひき肉、にら、人参、ねぎ、しょうが、ごま油、醤油、みそ、砂糖、酒、水、片栗粉 切り干しだいこん、こまつな、ハム、ごま、砂糖、しょうゆ、マヨネーズ エネルギー570kcal 食塩1.7 g
4 月	昼食	ごはん 大豆の五目煮 きゅうりの酢の物 ミニトマト、パイン	米、水 大豆、鶏もも肉、さつま揚げ、昆布、ごぼう、人参、玉ねぎ、板こんにゃく、いんげん、油、和風だし、砂糖、醤油 きゅうり、カットわかめ、ちくわ、酢、砂糖、食塩 エネルギー529kcal 食塩1.8 g		午後おやつ	フライビーンズ、牛乳	ゆで大豆、米粉、油、砂糖、しょうゆ エネルギー570kcal 食塩1.7 g
	午後おやつ	ジャーマンポテト、牛乳	じゃがいも、ベーコン、たまねぎ、パセリ、食塩、こしょう、油	23日土曜日 お 弁 当 の 日			
5 火	昼食	きのこスパゲッティ コンソメスープ バナナ	スパゲティ、マーガリン、油、人参、玉ねぎ、ベーコン、えび、まいたけ、えのきたけ、食塩、醤油、酒、ブロッコリー キャベツ、ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、じゃがいも、にんじん エネルギー478kcal 食塩2.5 g	25 月	昼食	麦ごはん 厚揚げの炒め物 ほうれん草の磯和え ミニトマト、バナナ	米、押麦、水 生揚げ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、にら、まいたけ、ごま油、中華だしの素、しょうゆ、片栗粉 ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、ごま油、砂糖、にんにく、ごま、焼きのり エネルギー494kcal 食塩1.0 g
	午後おやつ	大豆の煮豆、牛乳	ゆで大豆、こんぶ（煮物用）、和風だしの素、砂糖、しょうゆ		午後おやつ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(無糖)、バナナ、みかん缶、パイン缶、りんご
6 水	昼食	納豆そぼろ丼 三糸湯 パイン	米、豚ひき肉、挽きわり納豆、キャベツ、小松菜、玉ねぎ、人参、コーン缶、油、酒、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま油 ベーコン、卵、キャベツ、にんじん、ねぎ、おろししょうが、中華スープ、酒、食塩、水 エネルギー624kcal 食塩1.5 g	26 火	昼食	あん混ぜ焼きそば もずくスープ パイン	豚肉、もやし、にら、焼きそばめん、ごま油、万能ねぎ、砂糖、中華だし、オイスターソース、醤油、みりん、片栗粉、水、人参、黒きくらげ ベーコン、万能ねぎ、たまねぎ、にんじん、絹ごし豆腐、もずく、卵、ごま油、水、中華だしの素、食塩 エネルギー551kcal 食塩1.5 g
	午後おやつ	コーンフレーク、牛乳	コーンフレーク		午後おやつ	お菓子、牛乳	
7 木	昼食	スティックパン 魚介のグラタン カル鉄サラダ ミニトマト、一口ゼリー	スティックパン えび、たら、玉ねぎ、ブロッコリー、バター、洋風だし、食塩、小麦粉、牛乳、とろけるチーズ、パン粉、パセリ粉、マカロニ 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、マヨネーズ、しょうゆ、食塩 エネルギー499kcal 食塩1.9 g	27 水	昼食	ブルコギ丼 ニラ玉スープ パイン	米、豚肉、醤油、みりん、酒、おろしにんにく、ごま油、玉ねぎ、人参、にら、砂糖、みそ、片栗粉、油 にら、にんじん、たまねぎ、卵、水、中華だしの素、食塩 エネルギー490kcal 食塩1.4 g
	午後おやつ	手づくりプリン	卵、牛乳、砂糖、バニラエッセンス		午後おやつ	ポテトクラッカー、牛乳	じゃがいも、油、粉チーズ、パセリ、片栗粉、豆乳、ベーキングパウダー
8 金	昼食	麦ごはん 鶏のから揚げ さつま芋の味噌汁 オレンジ	米、押麦、水 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 さつまいも、にんじん、こまつな、油揚げ、かつおだし汁、みそ、卵 エネルギー607kcal 食塩1.8 g	28 木	昼食	麦ごはん さわらのしょうゆ焼き 小松菜のサラダ とろろ昆布みそ汁 バナナ	米、押麦、水 さわら、しょうゆ、酒 こまつな、にんじん、ベーコン、コーン缶、もやし、しょうゆ、マヨネーズ、ごま にんじん、ごぼう、まいたけ、油揚げ、ねぎ、かつおだし汁、みそ、とろろこんぶ、カットわかめ エネルギー637kcal 食塩1.8 g
	午後おやつ	お菓子、牛乳			午後おやつ	高野豆腐のコロコロ揚げ、牛乳	凍り豆腐、水、砂糖、片栗粉、油、きな粉、砂糖、食塩
9 土	昼食	豚肉とキャベツの丼 芋とのりの中華スープ パイン	豚肉、酒、にんにく、しょうが、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、ねぎ、油、みそ、砂糖、醤油、米、人参 じゃがいも、はるさめ、ねぎ、中華だしの素、水、しょうゆ、焼きのり、食塩 エネルギー639kcal 食塩1.2 g	29 金	昼食	ごはん ポテトのキャベツ焼き 小松菜のすまし汁 バナナ	米、水 豚ひき肉、マッシュポテト、キャベツ、食塩、片栗粉、油、あおさ こまつな、えのきたけ、にんじん、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩 エネルギー444kcal 食塩1.1 g
	午後おやつ	お菓子			午後おやつ	カリカリごまいりこ、牛乳	いわし(煮干し)、砂糖、ごま、水
11日月曜日				山 の 日			
12 火	昼食	中華丼 キャベツと春雨のスープ パイン	米、白菜、ねぎ、人参、黒きくらげ、卵、油、豚肉、しょうが、にんにく、ごま油、中華スープ、食塩、醤油、砂糖、片栗粉、水 キャベツ、はるさめ、ねぎ、中華だしの素、水、しょうゆ、食塩 エネルギー617kcal 食塩1.6 g	30 土	昼食	タコライス コンソメスープ パイン	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんにく、しょうが、人参、大豆、ミニトマト、チーズ、コーン缶、油、カレー粉、洋風だしの素、ウスターソース、ケチャップ キャベツ、ベーコン、コーン缶、水、洋風だしの素、食塩、こしょう エネルギー612kcal 食塩1.7 g
	午後おやつ	お菓子、チーズ			午後おやつ	お菓子	
13日(水)～15日(金)予約保育の為 お弁当の日							
16 土	昼食	親子丼 豆腐の味噌汁 パイン	米、水、鶏もも肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、しょうゆ、本みりん、かつおだし汁、卵、みつば、焼きのり 木綿豆腐、たまねぎ、えのきたけ、かつおだし汁、みそ エネルギー523kcal 食塩1.8 g	☆表記の一日の栄養量は3歳未満の乳児で計算しています。 ☆献立は材料の仕入れ状況により変更する場合があります。 実施した献立は玄関に展示しておりますのでお迎えの際に ご確認ください。 ☆アレルギーの申請をされている場合は,原因食品を除去・代替して提供します			
	午後おやつ	お菓子					
18 月	昼食	ごはん 豚肉の柳川風 おくらとちくわの海苔あえ オレンジ	米、水 豚肉、ごぼう、たまねぎ、にんじん、みつば、油、卵、しょうゆ、砂糖、みりん、和風だしの素、水、食塩 オクラ、ちくわ、焼きのり、酢、しょうゆ、砂糖 エネルギー507kcal 食塩1.8 g				
	午後おやつ	ツナパン、牛乳	ホットケーキ粉、牛乳、卵、ツナ水煮缶、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉				
19 火	昼食	ロールパン ポークビーンズ ごぼうのマヨサラダ バナナ	ロールパン 豚肉、酒、大豆、じゃが芋、人参、玉ねぎ、油、にんにく、トマト缶、ケチャップ、砂糖、洋風だし、水、食塩、パセリ粉 ごぼう、にんじん、ツナ水煮缶、マヨネーズ、しょうゆ、酢、砂糖 エネルギー626kcal 食塩1.6 g				
	午後おやつ	豆乳もち	豆乳、水、片栗粉、砂糖、きな粉				
20 水	昼食	ドライカレーライス コールスローサラダ バナナ	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんにく、ピーマン、人参、しょうが、油、カレー粉、洋風だし、ウスターソース、トマトピューレ、砂糖、米粉 ハム、キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、食塩、マヨネーズ エネルギー680kcal 食塩1.4 g				
	午後おやつ	お菓子、牛乳					

