

2025年8月の予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園

日	曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
				体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
1	金	ハヤシライス ほうれん草とキャベツの ドレッシングサラダ フルーツ	せんべい	豚肉 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ キャベツ ほうれん草 フルーツ
2	土	ジャムロール スティックパン 牛乳 フルーツ	おかし	牛乳	ロールパン いちごジャム スティックパン	フルーツ
4	月	ガバオライス 中華春雨サラダ 中華風スープ フルーツ	わらびもち (おかし)	豚肉 ウインナー わかめ きなこ 牛乳	米 春雨 ごま わらびもち粉	人参 たまねぎ パプリカ たけのこ キャベツ きゅうり フルーツ
5	火	手羽元のさっぱり煮 ふりかけごはん 小松菜とツナの和え物 かぼちゃのみそ汁 フルーツ	お誕生日会 かき氷風 ゼリー	鶏肉 シーチキン わかめ みそ 牛乳	米 ごま	生姜 小松菜 白菜 人参 かぼちゃ フルーツ
6	水	冷やしうどん (煮込みうどん) 蒸しさつまいも 大豆の磯煮 フルーツ	おかか おにぎり	わかめ かまぼこ 大豆 ひじき 厚揚げ 花かつお 牛乳	うどん さつまいも 米 ごま	人参 もやし しいたけ フルーツ
7	木	チキンカツ ごまあえ【おひたし】 わかめごはん 豆腐のすまし汁	ウエハースと せんべい	鶏肉 わかめ 豆腐 牛乳	パン粉 ごま 米	小松菜 白菜 人参
8	金	白身魚の幽庵焼き 七分つきごはん【米飯】 ドレッシングサラダ なすとうすあげのみそ汁	スイスロール	白身魚 うす揚げ みそ 牛乳	米 小麦粉 生クリーム	キャベツ きゅうり 人参 なす
9	土	ツナマヨロール スティックパン 牛乳 フルーツ	せんべい	シーチキン 牛乳	ロールパン スティックパン	たまねぎ きゅうり フルーツ
11	月	山の日				
12	火	ロールパン ハンバーグ コンソメスープ 温野菜 一口ゼリー	せんべい	豚肉 ベーコン わかめ 牛乳	ロールパン じゃがいも	たまねぎ 人参 ブロッコリー とうもろこし
13	水					
14	木					
15	金					
16	土	ミックスサンド スティックパン 牛乳 フルーツ	ビスケット	シーチキン 牛乳	食パン スティックパン	キャベツ 人参 きゅうり フルーツ
18	月	カレーピラフ ウインナー 和風マヨサラダ かぼちゃのみそ汁 フルーツ	きなこ マフィン	牛肉 みそ きなこ 大豆 豆乳 牛乳	米 ホットケーキミックス	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり かぼちゃ フルーツ
19	火	コロケ ごまドレサラダ 【マヨドレサラダ】 ゆかりご飯【米飯】 たまねぎと豆腐のみそ汁	食育の日 ケーキサレ	豆腐 みそ 牛乳 魚肉ソーセージ チーズ	じゃがいも パン粉 ごま 米 ホットケーキミックス	キャベツ 人参 きゅうり たまねぎ ピーマン パプリカ

日	曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
				体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
20	水	すきやき風煮物 麦ごはん【米飯】 豆腐のみそ汁 フルーツ	鮭おにぎり	牛肉 豆腐 大豆 みそ わかめ 鮭 牛乳	米 ごま	白菜 たまねぎ 人参 糸こんにゃく 小松菜 フルーツ
21	木	中華風おこわ おひたし にゅうめん汁 フルーツ	万博給食 バナナケーキ	豚肉 うす揚げ みそ わかめ 豆乳 牛乳 豆腐	米 もち米 そうめん ホットケーキミックス	人参 しいたけ たけのこ ごぼう 白菜 小松菜 フルーツ バナナ
22	金	夏野菜カレーライス マカロニサラダ フルーツ	ぶどうゼリー	豚肉 牛乳	米 じゃがいも マカロニ	人参 たまねぎ ピーマン パプリカ なす キャベツ きゅうり フルーツ
23	土	ハムマヨロール スティックパン 牛乳 フルーツ	おかし	ハム 牛乳	ロールパン スティックパン	フルーツ
25	月	親子どんぶり じゃことわかめの酢の物 オクラのみそ汁	パインケーキ	鶏肉 卵 かまぼこ ちりめんじゃこ わかめ 豆腐 みそ 豆乳 牛乳	米 片栗粉 ごま ホットケーキミックス	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり オクラ パイナップル
26	火	ちくわの2色揚げ わかめごはん 和風ポテトサラダ なすとうすあげのみそ汁	カミカミデー ショート ブレッド	ちくわ わかめ シーチキン うすあげ みそ 豆乳 牛乳	小麦粉 米 ごま じゃがいも バター りんごジャム	キャベツ きゅうり 人参 なす
27	水	白身魚の西京焼き 土佐和え【おひたし】 七分つきごはん【米飯】 じゃがいものみそ汁 フルーツ	きなこ おにぎり	白身魚 みそ 花かつお わかめ 牛乳 きなこ	米 じゃがいも	小松菜 白菜 人参 フルーツ
28	木	五目ひやむぎ 【野菜煮込みうどん】 ハッシュドポテト フルーツ	ちんすこう	卵 わかめ 牛乳	ひやむぎ じゃがいも 米 小麦粉	しいたけ 人参 もやし きゅうり フルーツ
29	金	和風チャーハン マヨドレサラダ 豆腐のみそ汁 フルーツ	ドーナツ	鮭 豆腐 みそ わかめ 牛乳	米 小麦粉	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり フルーツ
30	土	ミートサンド スティックパン 牛乳 フルーツ	せんべい	豚肉 牛乳	食パン スティックパン 片栗粉	人参 たまねぎ フルーツ

() 内は基準値

8月平均		エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
	未満児	481 (490) Kcal	16.3 (18.0) g	16.2 (18.0) g	1.4 (1.3) g
	3歳以上	581 (580) Kcal	20.5 (22.0) g	20.0 (20.0) g	1.7 (1.6) g

※材料搬入ならびに保育内容や年齢などにより献立が変更されることがあります。
※食物アレルギーなどの対応については主治医の指導に基づいて毎月必ず担任にご相談下さい。
※()はひよこ組・りす組の献立です。【 】はひよこ組の献立です。



～ 万博料理 中華風おこわ ～



8月の万博給食は「中国」です。

中華料理とは、日本人の味覚に合うようにアレンジされた中華風料理のことを指します。
一方、中国料理とは北京ダックなど中国で食べられている本格的な料理を示しています。
「焼き餃子」や「天津飯」「ラーメン」などは日本発祥の食べ物だとされ、これらは中華料理と呼ばれていますが中国では「中華料理」という言葉は使われていないそうです。

給食では子ども達が食べやすいように、もち米を混ぜてごま油で中華の風味をつけた「中華風おこわ」を頂きます。

