



令和7年 8月 予定献立表

虹の精認定こども園



日(曜)	献立	エネルギーKcal		主 な 材 料 名			午前おやつ (未満児)	午後おやつ
		蛋白質 g	脂質 g	熱や力に 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)	【バインの日】 夏野菜カレー フルーツヨーグルト 麦茶	573	478	精白米	鶏肉	人参、玉ねぎ	野菜ジュース	カスタードケーキ ヤクルト
2(土)	焼き鳥丼 バナナ 白菜の味噌汁	585	474	精白米	鶏肉、醤油	レタス、ねぎ	ヤクルト	お菓子 牛乳
4(月)	ふりかけご飯、なめこの味噌汁 鶏肉の塩麴焼き あさり入りひじき煮、ポイルブロッコリー	582	476	精白米	鶏肉、ひじき	ブロッコリー	りんごジュース	フレンチトースト パイ 牛乳
5(火)	冷しゃぶそうめん スイカ	577	486	そうめん	豚肉	きゅうり	ゼリー	マドレーヌ 牛乳
6(水)	【ハムの日】 ご飯、セロリのスープ ハムカツ マカロニサラダ、玉子焼き	576	482	精白米	ハム	きゅうり	ヤクルト	お麩のラスク 野菜ジュース
7(木)	【オクラの日】 ご飯、じゃが芋の味噌汁 鯖のバター醤油焼き 生揚げの中華煮、オクラサラダ	581	480	精白米	鯖、生揚げ	たけのこ、椎茸	牛乳	【バナナの日】 バナナクレープ 麦茶
8(金)	ご飯、大根のすまし汁 松風焼き 豆豆サラダ、しゅうまい	587	484	精白米	豚肉、豆腐	ねぎ、キャベツ	野菜ジュース	白玉入り フルーツポンチ (以)ビスケット
9(土)	炒飯 バナナ チンゲン菜のスープ	583	473	精白米	豚肉、鶏卵	ピーマン、椎茸	プリン	お菓子 牛乳
11(月)	山の日							
12(火)	冷やし担々うどん グレープフルーツ	583	475	うどん	わかめ、鶏卵	きゅうり、果物	オレンジジュース	お菓子 牛乳
13(水)	油麴丼 オレンジ わかめのすまし汁	585	472	精白米	鶏肉、鶏卵	人参、ねぎ	ヤクルト	お菓子 牛乳
14(木)	焼きうどん ゴールドキウイ 豆腐のスープ	585	472	うどん	豚肉、豆腐	キャベツ、人参	ヨーグルト	お菓子 牛乳
15(金)	中華丼 グレープフルーツ 玉ねぎのスープ	581	474	精白米	豚肉、えび	白菜、きくらげ	ゼリー	お菓子 牛乳

日(曜)	献立	エネルギーKcal		主 な 材 料 名			午前おやつ (未満児)	午後おやつ
		蛋白質 g	脂質 g	熱や力に なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの		
16(土)	カレーうどん りんご	582	474	うどん	鶏肉、油揚げ	人参、ねぎ	プリン	お菓子 牛乳
18(月)	ご飯、ほうれん草のすまし汁 ねぎ塩チキン ズッキーニ炒め、ミニチーズ	589	484	精白米	鶏肉	ズッキーニ	ヨーグルト	ココアワッフル 牛乳 (以)クッキー
19(火)	クロワッサン、コンスープ 鯖のムニエル ポークビーンズ、グリーンサラダ	572	478	ロールパン	鯖、豚肉	グリーンピース	麦茶	アイスクリーム (以)ウエハース
20(水)	冷やし中華 ちくわの磯辺揚げ	571	474	中華麺	鶏卵、ハム	きゅうり、トマト	オレンジジュース	おから入りスコーン グレープフルーツ 牛乳
21(木)	ご飯、わかめのスープ チンジャオロース ブロッコリーナムル、えびしゅうまい	580	484	精白米	豚肉、醤油	ピーマン、パプリカ	ゼリー	アメリカンドッグ パイ 牛乳
22(金)	ご飯、厚揚げの味噌汁 めかじきのさらさ揚げ ネパネパ和え、さつま芋のレモン煮	584	483	精白米	めかじき	大根、オクラ	牛乳	ブルーベリー ホイップサンド 野菜ジュース
23(土)	クリームスープパグティ バナナ	585	475	スパゲティ	ベーコン	キャベツ、人参	プリン	お菓子 牛乳
25(月)	【誕生会】 枝豆ご飯、夏野菜スープ ひまわりハンバーグ イタリアンサラダ、トマト、すいか	583	487	精白米	枝豆、わかめ	なす、レタス	りんごジュース	プリンアラモード (以)ウエハース
26(火)	ご飯、水菜のすまし汁 鯖の味噌煮 じゃが芋金平、ブロッコリーのごま和え	586	488	精白米	鯖、ベーコン	ブロッコリー	麦茶	チーズケーキ 牛乳
27(水)	ご飯、白菜の味噌汁 肉豆腐 彩りお浸し、南瓜の甘煮	584	478	精白米	豆腐、豚肉	ほうれん草、にら	ゼリー	メロンパントースト 牛乳
28(木)	ロールパン、クラムチャウダー ハニーマヨチキン チーズサラダ、ゴールドキウイ	593	486	ロールパン	鶏肉、牛乳	レタス、トマト	野菜ジュース	焼きとうもろこし ジョア
29(金)	ご飯、なすの味噌汁 ほっけの塩焼き 豚こぼろ、小松菜のお浸し	584	478	精白米	ほっけ、豚肉	ごぼう、小松菜	プリン	カスタードドッグ 牛乳
30(土)	ジャージャー麺 バナナ ねぎのスープ	584	474	中華麺	豚肉、豆腐	きゅうり、ねぎ	ヤクルト	お菓子 牛乳

都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。 1食あたりの平均塩分量 以上児：2.2g 未満児：1.7g