



いちご保育園献立表 2025年8月



日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
					◎バナナ組午前おやつ、◎全員午後おやつ
01 金	御飯、中華スープ、豚肉となすのなべしぎ（しょうゆ）、きゅうりとだいこんのピクルス、パイン缶	七分つき米、〇七分つき米、じゃがいも、油、砂糖	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、〇しらす干し、〇かつお節、◎牛乳	なす、パイン缶、にんじん、だいこん、きゅうり、ピーマン、チンゲンサイ、たまねぎ、赤ピーマン、〇焼きのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎おにぎり（じゃこおかか）
02 土	ケチャップライス、コーンスープ（豆乳）、ポイルブロッコリー、フルーツ	七分つき米、油	〇牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、豆乳、鶏ひき肉、◎牛乳	クリームコーン缶、ブロッコリー、たまねぎ、コーン缶、にんじん、ピーマン	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎ヨーグルト、〇ビスケット、〇せんべい
04 月	御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、豚肉の香味焼き（もやし）、にんじんとみかんのサラダ	七分つき米、〇小麦粉、〇黒砂糖、油、片栗粉	〇牛乳、豚肉(肩ロース)、〇豆乳、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	もやし、みかん缶、にんじん、たまねぎ、にんにく、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎蒸しパン・黒糖（卵なし・豆乳）
05 火	御飯、みそ汁（もやし・えのき）、揚げ魚とじゃが芋の煮物、キャベツのパインサラダ	七分つき米、じゃがいも、〇食パン、しらたき、油、〇マヨネーズ、片栗粉、砂糖	〇牛乳、たら、〇とろけるチーズ、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、パイン缶、にんじん、〇コーン缶、きゅうり、もやし、えのきたけ、◎みかん缶、いんげん、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇コーンチーズトースト
06 水	ロールパン、コーンクリームスープ、鶏肉のマーマレード焼き、ブロッコリーのマヨネーズあえ、甘夏みかん缶	ロールパン、〇七分つき米、マヨネーズ、片栗粉、〇ごま、油	〇牛乳、鶏もも肉、豆乳、〇しらす干し、◎牛乳	みかん缶、クリームコーン缶、ブロッコリー、コーン缶、たまねぎ、マーマレード、にんじん、〇焼きのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、◎おにぎり（じゃこごま）
07 木	カレーライス、オニオンスープ（コンソメ）、きゅうりのピクルス、ヨーグルト	七分つき米、〇フランスパン、じゃがいも、押麦、油、砂糖	〇牛乳、ヨーグルト(加糖)、豚肉(肩ロース)、◎牛乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん、〇いちごジャム、マッシュルーム、赤ピーマン	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇いちごスティック
08 金	御飯、豆腐みそ汁（あげ）、鮭の塩焼き、さつま芋のレモン煮、ゆで野菜（ブロッコリー）	七分つき米、さつまいも、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、さけ、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	ブロッコリー、◎みかん缶、〇パイン缶、ねぎ、〇かんでん（粉）、レモン果汁、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇フルーツゼリー、〇せんべい
09 土	ハヤシライス、コンソメスープ（ベジタブル）、ポイルブロッコリー、フルーツ	七分つき米、じゃがいも、押麦、油	〇牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、豚肉(肩ロース)、ベーコン、◎牛乳	たまねぎ、ミックスベジタブル（冷凍）、ブロッコリー、にんじん、マッシュルーム	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇ヨーグルト、〇ビスケット、〇せんべい
12 火	御飯、みそ汁（もやし・あげ）、さけの酒蒸し、かぼちゃの甘煮	七分つき米、〇米粉、〇砂糖、〇油、油、砂糖	〇牛乳、さけ、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	かぼちゃ、たまねぎ、〇オレンジ濃縮果汁、いんげん、もやし、えのきたけ、にんじん、◎みかん缶	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇米粉蒸しパン（オレンジ）
13 水	御飯、わかめスープ（コーン）、（ス）肉豆腐、きゅうりの昆布あえ、みかん缶	七分つき米、〇七分つき米、砂糖、〇油	〇牛乳、焼き豆腐、豚肉(肩ロース)、◎牛乳	みかん缶、たまねぎ、きゅうり、もやし、ねぎ、〇コーン缶、コーン缶、えのきたけ、塩こんぶ、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇焼きもちろしおにぎり
14 木	御飯、みそ汁（なす・玉ねぎ）、鶏のから揚げ、ポテトサラダ	七分つき米、じゃがいも、〇黒蜜、〇砂糖、片栗粉、マヨネーズ、油、砂糖	〇牛乳、鶏もも肉（皮付き）、〇豆乳、米みそ（淡色辛みそ）、〇きな粉、〇ゼラチン、◎牛乳	なす、たまねぎ、ミックスベジタブル（冷凍）、ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇きな粉プリン（卵なし）
15 金	スチコン焼きそば、豆腐スープ（にら）、ゆでとうもろこし、ヨーグルト	焼きそばめん、〇米、ごま油、〇ごま	〇牛乳、ヨーグルト(加糖)、木綿豆腐、豚肉(肩)、◎牛乳	キャベツ、とうもろこし、にんじん、ピーマン、にら、あおのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇ゆかりにぎり
16 土	ピラフ（ツナ・カレー）、コーンスープ、ポイルブロッコリー、りんご	七分つき米、油	〇牛乳、〇ヨーグルト(加糖)、ツナ油漬缶、◎牛乳	クリームコーン缶、りんご、たまねぎ、ブロッコリー、ピーマン、にんじん、コーン缶	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、◎牛乳、〇ヨーグルト、〇ビスケット、〇せんべい



いちご保育園献立表 2025年8月



日付	献立名	材料名			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18月	御飯、みそ汁（豆腐・わかめ）、豚肉の香味焼き（もやし）、にんじんとみかんのサラダ	七分つき米、○小麦粉、○黒砂糖、油、片栗粉	○牛乳、豚肉（肩ロース）、○豆乳、木綿豆腐、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、○牛乳	もやし、みかん缶、にんじん、たまねぎ、にんにく、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○蒸しパン・黒糖（卵なし・豆乳）
19火	御飯、豆腐みそ汁（あげ）、鮭の塩焼き、さつま芋のレモン煮、ゆで野菜（ブロッコリー）	七分つき米、さつまいも、○食パン、○マヨネーズ、砂糖	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○とろけるチーズ、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、○牛乳	ブロッコリー、○コーン缶、ねぎ、◎みかん缶、レモン果汁、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○コーンチーズトースト
20水	カレーライス、オニオンスープ（コンソメ）、きゅうりのピクルス、ヨーグルト	七分つき米、○フランスパン、じゃがいも、押麦、油、砂糖	○牛乳、ヨーグルト（加糖）、豚肉（肩ロース）、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、だいこん、きゅうり、○いちごジャム、マッシュルーム	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○いちごスティック
21木	ロールパン、コーンクリームスープ、鶏肉のマーマレード焼き、ブロッコリーのマヨネーズあえ、甘夏みかん缶	ロールパン、○七分つき米、マヨネーズ、片栗粉、○ごま、油	○牛乳、鶏もも肉、豆乳、○しらす干し、◎牛乳	みかん缶、クリームコーン缶、ブロッコリー、コーン缶、たまねぎ、マーマレード、にんじん、○焼きのり	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○おにぎり（じゃごごま）
22金	御飯、みそ汁（もやし・えのき）、揚げ魚とじゃが芋の煮物、キャベツのパンサラダ	七分つき米、じゃがいも、しらたき、油、○砂糖、片栗粉、砂糖	○牛乳、たら、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、○みかん缶、○パイン缶、パイン缶、にんじん、きゅうり、もやし、えのきたけ、いんげん、○かんとん（粉）、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○フルーツゼリー、○せんべい
23土	ミートスパゲティ、コンスープ（玉ねぎ）、ポイルブロッコリー、みかん	マカロニ・スパゲティ、米粉、マヨネーズ、油、砂糖	○牛乳、○ヨーグルト（加糖）、牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、バター、◎牛乳	みかん、たまねぎ、ブロッコリー、クリームコーン缶、にんじん、コーン缶	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○ヨーグルト、○ビスケット、○せんべい
25月	御飯、みそ汁（もやし・あげ）、さけの酒蒸し、かぼちゃの甘煮	七分つき米、○米粉、○砂糖、○油、油、砂糖	○牛乳、さけ、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	かぼちゃ、たまねぎ、○オレンジ濃縮果汁、いんげん、もやし、えのきたけ、にんじん	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○米粉蒸しパン（オレンジジュース）
26火	御飯、中華スープ、豚肉となすのなべしぎ（しょうゆ）、きゅうりとだいこんのピクルス、パイン缶	七分つき米、じゃがいも、○食パン、○フランスパン、油、砂糖、○砂糖、○ピーナッツバター	○牛乳、豚肉（肩ロース）、○きな粉、◎牛乳	なす、パイン缶、にんじん、だいこん、きゅうり、ピーマン、チンゲンサイ、たまねぎ、○いちごジャム、赤ピーマン、◎みかん缶	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○ラスク・きな粉ピーナッツ、○いちごジャムサンド
27水	御飯、みそ汁（こまつな・わかめ）、白身魚の包み焼き、ひじきの煮物（にんじん）、甘夏みかん缶	七分つき米、○七分つき米、さつまいも、油、ごま油、○油、砂糖	○牛乳、たら、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、◎牛乳	みかん缶、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、○コーン缶、赤ピーマン、いんげん、ひじき、カットわかめ	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○焼きもちろしおにぎり
28木	御飯、みそ汁（なす・玉ねぎ）、鶏のから揚げ、ポテトサラダ	七分つき米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、片栗粉、マヨネーズ、油、砂糖、○砂糖	○牛乳、鶏もも肉（皮付き）、米みそ（淡色辛みそ）、○生クリーム、◎牛乳	なす、たまねぎ、◎みかん缶、ミックスベジタブル（冷凍）、ねぎ、カットわかめ、にんにく、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○お楽しみケーキ
29金	御飯、みそ汁（なす・あげ）、かじきとごぼうの煮つけ、野菜のゆかり和え、バナナ	七分つき米、○七分つき米、砂糖、油	○牛乳、かじき、○しらす干し、米みそ（淡色辛みそ）、油揚げ、○かつお節、◎牛乳	バナナ、キャベツ、なす、たまねぎ、ごぼう、にんじん、いんげん、○焼きのり、しょうが	◎麦茶、◎牛乳、◎乳児室午前おやつ、○牛乳、○おにぎり（じゃごごま）

平均栄養所要量

3-5歳児：エネルギー562kcal タンパク質22.3g 脂質16.3g カルシウム250mg
鉄分2.2g ビタミンC31 食物繊維5.3g 塩分1.9g
1-2歳児：エネルギー435kcal タンパク質17.58g 脂質13.6g カルシウム236mg
鉄分1.6g ビタミンC22 食物繊維3.8g 塩分1.4g



食材を確認し、未食のものがある場合はその日までに食べておくようにしましょう。



行事や食材の都合により内容を変更する場合があります。その際は、掲示板やHPでご案内させていただきます。

