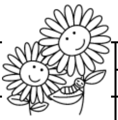
8月献立予定表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。



聖隷こども園こうのとり東　　2025.8月

日付	曜日	行事	献立名	おやつ 乳児・午前	おやつ 乳幼児・午後	幼児 エネルギー kcal たんぱく質g	幼児 脂質 g 塩分 g	乳児 エネルギー kcal たんぱく質g	乳児 脂質 g 塩分 g
2	土		パン2種　ポトフ　ゼリー フルーツ　豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	466 16.0	9.8 1.4	432 14.3	9.3 1.2
2	月		ごはん　チキンのガーリックトマト　ゆでとうもろこし すまし汁（青菜・豆腐）　バナナ　お茶	豆乳 クラッカー※1	牛乳 きらきらみかんゼリー	483 20.6	10.0 1.2	453 19.4	13.1 1.2
4	火		豆乳パン　サーモンのムニエルレモンソース　◎ごぼうサラダ オニオンスープ　メロン　牛乳	お茶 ビスケット	牛乳 のりまき（乳児はおにぎり）	624 26.3	25.6 1.5	482 20.0	20.4 1.1
5	水		ごはん　豚肉の香味焼き　オクラの昆布和え みそ汁（冬瓜・えのき）　パイン　お茶	お茶 チーズ	牛乳 お好み焼き風ラスク	545 21.1	15.3 1.5	415 17.6	14.1 1.3
6	木		焼きそば　トマト　豆腐とわかめのスープ オレンジ　牛乳	牛乳 バナナ	牛乳 じゃが芋のガレット	477 20.3	21.4 2.4	433 17.5	18.0 1.9
7	金		ハヤシライス　フレンチサラダ　チーズ キウイ　豆乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 すいか・せんべい	597 20.1	18.6 1.9	476 17.1	15.7 1.5
8	土		チャーハン　わかめスープ　ゼリー フルーツ　お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	537 16.3	12.3 1.1	462 14.0	11.2 0.9
10	月	夏季特別保育期間	わかめごはん　鶏肉の磯辺焼き　トマト みそ汁（冬瓜・油あげ）　バナナ　お茶	お茶 クラッカー※1	牛乳 メロンパン※2	595 20.7	16.8 1.4	444 15.9	13.8 1.2
11	火	山の日							
12	水	夏季特別保育期間	ごはん　魚の照焼き　◎筑前煮 みそ汁（青菜・玉ねぎ）　オレンジ　お茶	豆乳 せんべい	牛乳 バナナ・クラッカー※1	557 24.1	18.3 1.8	503 22.0	17.9 1.6
13	木		ごはん給食	お茶 お菓子	お茶 お菓子				
14	金		ごはん給食	お茶 お菓子	お茶 お菓子				
15	土		ごはん給食	お茶 お菓子	お茶 お菓子				
17	月		ごはん　シュウマイバーグ　春雨和え みそ汁（じゃが芋・玉ねぎ）　バナナ　お茶	お茶 せんべい	お茶 ヨーグルト※3・ビスケット	611 21.8	13.1 1.4	497 18.2	10.5 1.3
18	火		食パン　バジルクラッカーチキン　パインサラダ ミネストローネ　オレンジ　牛乳	お茶 バナナ	牛乳 五平餅	601 26.3	18.5 1.4	487 20.2	15.3 1.1
19	水		ごはん　煮魚　ねばらねば納豆 塩こうじ汁（青菜・豆腐）　パイン　お茶	お茶 クラッカー※1	牛乳 米粉の南瓜カレークッキー	624 22.7	21.8 1.5	509 18.3	19.0 1.3
20	木		冷やし中華　冬瓜のみそそぼろ煮 メロン　牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 フルーツサンド※2	685 27.9	22.9 2.1	538 23.7	18.8 1.6
21	金		夏野菜のドライカレー　ドレッシングサラダ　チーズ キウイ　お茶	お茶 ビスケット	牛乳 マカロニきなこ	615 23.9	22.2 1.5	482 18.4	17.6 1.0
22	土		おにぎり　具だくさんみそ汁　ゼリー フルーツ　豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	518 16.9	7.7 1.4	446 14.5	7.5 1.2
24	月		ごはん（手作りふりかけ）　焼き魚　青菜ともやしのナムル みそ汁（南瓜・豆腐）　オレンジ　お茶	お茶 ビスケット	牛乳 ふかし芋	519 23.8	9.1 1.1	427 19.2	8.3 0.9
25	火	·	ラタトゥイユサンド（乳児：パンとラタトゥイユ）　金時煮豆　◎スティック胡瓜 コーンスープ　パイン　牛乳	お茶 チーズ	お茶 きなこおはぎ	611 20.4	19.5 1.6	472 16.9	16.5 1.3
26	水	·	ごはん　お好み焼き風卵焼き　ほうれん草のツナ和え みそ汁（大根・わかめ）　キウイ　お茶	豆乳 バナナ	牛乳 水ようかん※3	561 20.8	14.4 1.5	512 19.7	15.1 1.3
27	木	·	塩ラーメン　南瓜サラダ　トマト バナナ　牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 パイナップルパイ	561 19.7	21.3 1.8	496 18.8	19.6 1.6
28	金	·	セルフ手巻き寿司（たまご、豚肉、甘煮人参、かんぴょう、ツナきゅう）（乳児：ちらし寿司） けんちん汁　メロン　お茶	お茶 クラッカー※1	牛乳 ジャムサンド※2	659 24.4	20.2 1.8	491 18.6	16.7 1.4
29	土	·	麻婆丼　みそ汁（もやし・青菜） フルーツ　豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	540 19.3	14.3 1.2	450 16.0	12.8 1.0
31	月	·	ごはん　鶏肉の甘酢あん　切り干し大根煮 みそ汁（なす・油あげ）　パイン　お茶	豆乳 せんべい	お茶 豆乳アイス※3	557 17.7	17.6 1.3	519 17.5	18.2 1.2

※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★今月の絵本献立をご紹介します★

「ねばらねばなっとう」　ひかりのくに

納豆たちの運動会。「静かな湖畔」のメロディーに合わせて展開される歌絵本です。毎年恒例の絵本で年長児には馴染みが深く、一緒に「納豆～♪納豆♪」と歌って盛り上がっています。
初めて見る子どもたちもリズミカルなテンポとコミカルな内容に笑いが絶えません。子どもたちが大好きなおすすめの１冊です。メニューの納豆和えは作り方もとっても簡単です。
お子様と一緒に作ってみるのも楽しそうですね。

～納豆和えの作り方～

①納豆をボールに移し、タレと一緒に混ぜる。②茹でたほうれん草、半月切りにし塩でもんだ胡瓜などお好みの野菜を入れて、更に混ぜたら出来上がり♪

★納豆和えに合う具材・・・ほうれん草、人参、胡瓜、オクラ、ニラなど・・・・おかかや叩いた梅干しを入れても美味しいです。

※１　１歳児クラスの9月までクラッカーは配慮によりせんべい等に変更して提供しています。

※2　0.１歳児クラスは甘さへの配慮により食パンに変更して提供しています。

※3　0.１歳児クラスは甘さへの配慮によりお茶・プレーンヨーグルトに変更して提供しています。