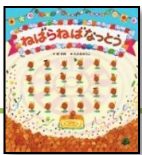


8月献立表



聖隷のお保育園 2025年8月乳児食

◎は、かみかみメニューです。
☆印のついている献立について
うさぎ／りす・ひよこ になります。
成長に合わせて献立変更しています。



★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）

「静かな湖畔」のメロディーで歌って読める替え歌が毎年子どもたちに人気な絵本です。「納豆～納豆～♪」とつつい口ずさみながら食べる姿に、ほっこり心が温まります。食べる意欲も増しますね。納豆和えは、年齢や季節も問わずにいつも人気な献立です。加熱した野菜に醤油で味付けするだけ。野菜とタンパク質が摂れるので簡単に栄養バランスが整います。



	1	2
	金	土
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	
昼食	スパゲティ夏のミートソース ツナサラダ チーズ キウイ お茶	
おやつ	牛乳 じゃがバター	
エネルギー(kcal)	399	
蛋白質(g)	20.1	
脂質(g)	15.8	
食塩相当量(g)	1.6	

	4	5	6	7	8	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	
昼食	ご飯 鯖のカレー風味焼き 冬瓜と鶏肉の煮物 みそ汁(キャベツ・玉葱) オレンジ お茶	ロールパン しゅうまいバーグ コールスローサラダ とうもろこしスープ もも缶 牛乳	ハヤシライス ◎ごぼうの唐揚げ ひじきサラダ キウイ お茶	冷やしうどん 金時豆煮 人参しりしり すいか お茶	ご飯 バジルクラッカーチキン ◎かみかみサラダ みそ汁(じゃが芋・しめじ) バナナ お茶	
おやつ	牛乳 ☆カステラ/蒸しパン	お茶 フルーツポンチ	牛乳 マカロニきなこ	牛乳 ホイップサンド	豆乳 ヨーグルト・ウエハース	
エネルギー(kcal)	426	396	523	409	533	
蛋白質(g)	17.8	15.7	18.2	16.8	21.3	
脂質(g)	12.0	15.6	19.0	9.4	17.7	
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.1	1.5	1.2	

土曜保育は、こども園ひかりのこで行われます。
献立の内容は、そちらで確認が出来ます。

	11	12	13	14	15	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ		お茶 紫いもチップ	お茶 おこめせん	お茶 ビスケット	お茶 クッキー	
昼食	山の日 	のりふりかけご飯 鯖の味噌マヨ焼き ◎スティック野菜のごま和え すまし汁(白菜・豆腐) パイ お茶	ご飯 豚肉のしょうが煮 塩昆布ナムル みそ汁(なす・油揚げ) ☆梨/りんご お茶	和風スパゲティ ◎切干大根サラダ トマト やさいスープ オレンジ 牛乳	ご飯 ブリの生姜煮 なすのカレー炒め みそ汁(もやし・玉葱) もも缶 お茶	
おやつ		牛乳 おかし・やわらかサブレ	豆乳 やさいゼリー・プチクッキー	お茶 お菓子	牛乳 ☆ドーナツ/おやつカステラ	
エネルギー(kcal)		424	426	370	486	
蛋白質(g)		15.1	15.1	15.3	17.4	
脂質(g)		16.3	12.9	7.7	16.8	
食塩相当量(g)		0.8	1.1	1.3	1.3	

	18	19	20	21	22	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	
昼食	ご飯 鯖の磯辺焼き ◎根菜煮 塩麹汁(豆腐・小松菜) メロン お茶	夏野菜のカレーライス ウインナー フレンチサラダ キウイ お茶	冷やし中華 ゴーヤチャンプル ぶどう豆 すいか お茶	ロールパン/ちくわサラダ ジャーマンポテト チーズ チキンスープ バナナ 牛乳	ご飯 鶏の唐揚げ(のり塩) ツナ和え みそ汁(小松菜・玉葱) オレンジ お茶	
おやつ	豆乳 ヨーグルト・クッキー	牛乳 ☆メロンパン/きな粉サンド	牛乳 ホットケーキ	お茶 おかし	牛乳 かりんとう・たまごせんべい	
エネルギー(kcal)	426	552	427	460	463	
蛋白質(g)	19.9	17.0	20.3	16.7	18.0	
脂質(g)	9.5	20.2	13.6	16.2	15.8	
食塩相当量(g)	1.5	1.5	1.5	1.8	1.2	

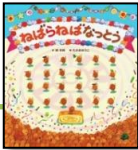
	25	26	27	28	29	
	月	火	水	木	金	
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	
昼食	ご飯 お好み焼き風卵焼き マカロニサラダ みそ汁(大根・小松菜) もも缶 お茶	ご飯 厚揚げと豚肉炒め 小松菜のごま和え みそ汁(キャベツ・わかめ) オレンジ お茶	バターパン 鯖のムニエルレモンソース ほうれん草とハムのサラダ レタススープ パイ 牛乳	塩ラーメン キャロットマリネ ちくわの磯辺揚げ ☆梨/りんご お茶	ご飯 松風焼き ねばらねば納豆 みそ汁(キャベツ・玉葱) メロン お茶	
おやつ	牛乳 りんごパンケーキ	牛乳 フルーツサンド	お茶 ごまのおはぎ	豆乳 ヨーグルト・のりせんべい	牛乳 バナナクレープ	
エネルギー(kcal)	472	458	439	424	462	
蛋白質(g)	17.1	15.8	17.3	20.8	23.5	
脂質(g)	15.2	14.7	17.3	12.4	14.3	
食塩相当量(g)	1.2	1.4	1.4	2.5	1.3	



8月献立表

聖隷のお保育園 2025年8月離乳食

※中期食について
おやつは付きません
食パンの日は、お粥になります



★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）

「静かな湖畔」のメロディーで歌って読める替え歌が毎年子どもたちに人気な絵本です。「納豆～納豆～♪」とつつい口ずさみながら食べる姿に、ほっこり心が温まります。食べる意欲も増しますね。納豆和えは、年齢や季節も問わずにいつも人気な献立です。加熱した野菜に醤油で味付けするだけ。野菜とタンパク質が摂れるので簡単に栄養バランスが整います。



	1	2
	金	土
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	
昼食	スパゲティ夏のミートソース ツナサラダ さつま芋甘煮 りんご お茶	
おやつ	お茶 ふかしじゃが芋	
エネルギー(kcal)	287	
蛋白質(g)	11.3	
脂質(g)	2.5	
食塩相当量(g)	0.8	

	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	
朝 おやつ	お茶 クッキー	お茶 ビスケット	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	
昼食	お粥 カレイ照り煮 冬瓜と鶏肉の煮物 みそ汁(キャベツ・玉葱) りんご お茶	食パン しゅうまいバーグ コールスローサラダ とうもろこしスープ バナナ お茶	お粥 ポトフ トマト なすの煮浸し バナナ お茶	野菜にゆうめん 煮豆腐 人参しりしり すいか お茶	お粥 豆腐入り焼きつくね 野菜煮 みそ汁(じゃが芋・しめじ) バナナ お茶	
おやつ	お茶 蒸しパン	お茶 フルーツポンチ	お茶 マカロニきなこ	お茶 ジャムサンド	お茶 ヨーグルト・塩せんべい	
エネルギー(kcal)	271	253	270	282	212	
蛋白質(g)	8.4	11.1	9.0	13.3	10.2	
脂質(g)	8.8	4.1	4.6	5.1	4.3	
食塩相当量(g)	1.1	1.1	0.6	0.9	0.7	

	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	
朝 おやつ		お茶 紫いもチップ	お茶 おこめせん	お茶 ビスケット	お茶 クッキー	
昼食		お粥 鮭の味噌煮 スティック野菜煮 すまし汁(白菜・豆腐) りんご お茶	お粥 そばろ煮 小松菜煮浸し みそ汁(なす・油揚げ) りんご お茶	スパゲッティ野菜あんかけ 大根煮 トマト やさいスープ バナナ お茶	お粥 たらのだし煮 なすのそばろ煮 みそ汁(もやし・玉葱) バナナ お茶	
おやつ		お茶 塩せんべい・ビスケット	お茶 ゼリー・クッキー	お茶 お菓子	お茶 おやつカステラ	
エネルギー(kcal)		196	257	217	250	
蛋白質(g)		7.8	9.0	9.3	9.3	
脂質(g)		4.4	5.0	2.6	6.7	
食塩相当量(g)		0.6	0.8	0.9	0.9	

	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	
朝 おやつ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 クラッカー	お茶 ビスケット	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	
昼食	お粥 カレイの照り焼き 玉葱と人参煮 塩麹汁(豆腐・小松菜) りんご お茶	お粥 夏野菜のトマト煮 フレンチサラダ バナナ お茶	いりどりめん 豆腐のひき肉あんかけ さつまいもの甘煮 すいか お茶	食パン カレイ煮付け 蒸しじゃが チキンスープ バナナ お茶	お粥 のり塩だんご ツナ煮 みそ汁(小松菜・玉葱) りんご お茶	
おやつ	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 きな粉サンド	お茶 ホットケーキ	お茶 おかか粥	お茶 人参チップ・たまごせんべい	
エネルギー(kcal)	308	256	327	264	219	
蛋白質(g)	10.8	8.6	11.2	9.5	9.7	
脂質(g)	12.8	5.1	3.8	8.0	3.5	
食塩相当量(g)	1.0	0.6	1.2	1.2	0.9	

	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 クッキー	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 ビスケット	
昼食	お粥 野菜入りだんご マカロニ野菜煮 みそ汁(大根・小松菜) バナナ お茶	お粥 豆腐の醤油煮 小松菜の煮浸し みそ汁(キャベツ・わかめ) バナナ お茶	食パン 鮭の洋風煮 野菜の煮浸し レタススープ りんご お茶	あんかけにゆうめん キャロットサラダ 白身魚の磯煮 りんご お茶	お粥 松風焼き ねばらねば納豆 みそ汁(キャベツ・玉葱) バナナ お茶	
おやつ	お茶 りんごパンケーキ	お茶 ジャムサンド	お茶 さくら粥	お茶 ヨーグルト・赤ちゃんせんべい	お茶 蒸しパン	
エネルギー(kcal)	298	263	185	269	281	
蛋白質(g)	10.6	8.0	8.4	14.1	12.9	
脂質(g)	6.8	5.0	3.7	3.4	6.4	
食塩相当量(g)	0.7	1.2	1.2	1.5	0.9	

土曜保育は、こども園ひかりのこで行われます。
献立の内容は、そちらで確認が出来ます。