

8月献立予定表



2025.8月

聖隷こども園こうのとり富丘

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

※栄養価は上段：幼児食、下段：乳児食を表記しています。

印 付	曜 日	行事	献立名	おやつ		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分 g
				乳児・午前	乳幼児・午後				
1	金		ごはん チキンのガーリックマト ◎とうもろこし すまし汁(青菜・豆腐) キウイ お茶	お茶 せんべい	お茶 豆乳アイス ※1	479 403	18.9 15.3	12 10.4	1.3 1.1
2	土	ゆうすず かい 夕涼み会	パン スープ フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	466 432	16.0 14.3	10 9.3	1.4 1.2
4	月		わかめごはん 鶏肉の磯部焼き トマト みそ汁(冬瓜・油あげ) オレンジ お茶	豆乳 クラッカー	牛乳 お好み焼き風ラスク	513 452	20.0 18.2	15 16.2	1.7 1.4
5	火		豆乳パン サーモンのムニエルレモンソース 南瓜サラダ オニオンスープ メロン 牛乳	お茶 バナナ	豆乳 おにぎり	643 516	25.5 19.7	25 19.1	1.7 1.2
6	水		ごはん 豚肉の香味焼き オクラの昆布和え みそ汁(豆腐・えのき) バイン缶 お茶	お茶 チーズ	牛乳 じゃが芋のガレット	529 397	19.9 16.6	18 14.9	1.2 1.1
7	木		焼きそば 大豆の青のり炒め トマト キウイ 牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 メロンパン	597 483	22.9 20.3	26 21.7	1.5 1.2
8	金		ハヤシライス フレンチサラダ チーズ バナナ お茶	お茶 ビスケット	牛乳 すいか・せんべい	646 507	20.3 15.6	22 17.2	1.9 1.4
9	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	476 407	13.3 11.3	9 7.9	1.0 0.8
11	月		山の日			—	—	—	—
12	火	かきとくべつ ほうきくまかん 夏季特別保育期間	ごはん 魚の照焼き きりぼしだいこんの煮物 みそ汁(大根・玉ねぎ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 フルーツシャーベット ※1	517 424	20.1 17.3	15 13.6	1.2 1.1
13	水		ごはん給食 園で米飯を用意します。	お茶 せんべい	豆乳 クラッカー	—	—	—	—
14	木		ごはん給食 園で米飯を用意します。	お茶 ビスケット	豆乳 せんべい	—	—	—	—
15	金		ごはん給食 園で米飯を用意します。	お茶 クラッカー	豆乳 ビスケット	—	—	—	—
16	土		ナポリタン ポテトサラダ フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	495 423	17.4 14.8	17 14.6	0.9 0.7
18	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) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 ふかし芋	601 483	20.6 18.1	15 14.2	1.2 1.2
19	火		食パン バジルクラッカーチキン 甘夏サラダ ミネストローネ 梨 牛乳	お茶 バナナ	牛乳 ごへいもち 五平餅	596 487	25.7 19.9	18 14.7	1.4 1.1
20	水	えほん	ごはん 煮魚 ねばらねば納豆 塩こうじ汁(青菜・豆腐) バイン缶 お茶	お茶 クラッカー	牛乳 マカロニきなこ	563 460	25.3 20.5	15 13.7	1.3 1.2
21	木		冷やし中華 冬瓜のみそぼろ煮 ヨーグルト メロン お茶	豆乳 ビスケット	牛乳 ジャムサンド	680 597	27.0 24.3	19 18.6	2.0 1.6
22	金		夏野菜のドライカレー ドレッシングサラダ チーズ バナナ 豆乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 きらきらみかんゼリー	655 529	24.0 20.6	26 21.7	1.6 1.2
23	土	もつるん 卒園児のつどい	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	540 450	19.3 16.0	14 12.8	1.2 1.0
25	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(なす・油揚げ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	牛乳 バナナッブルバイ	491 399	22.9 19.9	14 14.1	1.3 1.2
26	火	いよくい わんたろう 食育(年長)	ラタトゥイユサンド 金時煮豆 ◎スティック野菜 コンスープ 梨 牛乳	豆乳 バナナ	牛乳 きなこおはぎ	659 578	23.6 21.3	23 21.4	1.8 1.4
27	水		ごはん 鶏肉の甘酢あん ◎筑前煮 みそ汁(南瓜・豆腐) バイン缶 お茶	お茶 ビスケット	牛乳 みず 水ようかん	634 517	22.8 18.6	18 14.6	1.4 1.2
28	木		塩ラーメン ◎ごぼうサラダ トマト バナナ 牛乳	お茶 ヨーグルト	牛乳 フルーツサンド	645 505	25.2 21.5	23 18.5	2.3 1.7
29	金		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(青菜・玉ねぎ) キウイ お茶	お茶 クラッカー	牛乳 ◎煮干しかりんとう・バナナ	558 461	23.9 19.7	18 16.3	1.8 1.6
30	土		焼きうどん みそ汁(豆腐・わかめ) フルーツ 豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	486 435	20.2 17.3	13 11.6	1.5 1.3

※1 完了食(0・1歳児)のおやつは月齢を考慮し、ゼリーやヨーグルトに変更します。

仕入れの都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

★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
「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の絵本です。「納豆～納豆～」とつい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の献立です。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よ。



★お祭りの季節ですね★

8月は各地域で「お祭り」が開催される次期ですね。献立にも夏祭りにちなんだメニューが午後のおやつに多めとなりました。お昼寝明けの時間に、出店の周りを歩いた時の醤油や海苔の香ばしさや、ソースの香りなど「いい香り」に楽しい風景が思う浮かび、楽しいひと時になれたらと思います。

