

8月 献立表 幼児食



2025 年 8 月

くすの子保育園

日付	行事	献立名		食材名			
		昼食	午後おやつ	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1金		ごはん 春雨炒め みそ汁(豆腐)	グリーンコープのおやつ ミルク	豚もも肉、豚ばら肉、木綿豆腐、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、きくらげ、こまつな、にんにく、しょうが、だいこん、わかめ	半つき米、ごま油、砂糖、緑豆はるさめ、いりごま、麦みそ	中華だし、本みりん、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、クラッカー
2土	おひさまSun 学童 リクエスト メニュー	ごはん ♥ 鶏のからあげ きゅうりの浅漬け みそ汁（あおさ）	♥ プリン 麦茶	鶏もも肉、油揚げ、牛乳、ホイップクリーム	しょうが、にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、切干しだいこん、塩昆布、りょくとうもやし、あおさ	半つき米、かたくり粉、なたね油、麦みそ、砂糖	こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、浅漬けの素、煮干しだし、麦茶、プリンミルクス、水
4月		ごはん 豚肉の生姜焼き ズッキーニのナムル もずくのスープ	ココアラスク 麦茶	豚もも肉、豚ばら肉、ツナ、蒸しかまぼこ	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、しょうが、ズッキーニ、りょくとうもやし、にんにく、もずく、オクラ	半つき米、なたね油、砂糖、いりごま、ごま油、食パン、マーガリン	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、鶏がらだし、穀物酢、中華だし、麦茶、ビュアココア
5火		雑穀ごはん 魚の梅みそ焼き ゴーヤのマヨ和え すまし汁（麴）	グリーンコープのおやつ ミルク	白身魚、かにかま、スキムミルク	梅びしお、大葉、ゴーヤ、にんじん、キャベツ、干ししいたけ、えのきたけ、こまつな	半つき米、雑穀米、薄力粉、麦みそ、砂糖、マヨネーズ、釜焼きふ	料理酒、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、ソフトビスケット
6水		ハヤシライス マカロニと野菜のサラダ くだもの	水ようかん 麦茶	牛もも肉、ロースハム、プロセスチーズ、こしあん	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ホールトマト缶、グリーンピース、きゅうり、キャベツ、すいか、粉寒天	なたね油、半つき米、マカロニ	ハヤシルウ、フレンチドレッシング、麦茶、水、食塩
7木		ごはん 豆腐入りミートローフ 小松菜のおかか和え みそ汁（かぼちゃ）	グリーンコープのおやつ ミルクココア	木綿豆腐、豚ひき肉、卵、しらす干し、削り節、スキムミルク	たまねぎ、干しひじき、こまつな、りょくとうもやし、にんじん、かぼちゃ、にら	半つき米、パン粉、上白糖、麦みそ、ミルクココア	食塩、白こしょう、トマトケチャップ、中濃ソース、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、揚げせんべい
8金		わかめしらすごはん 冬瓜の煮物 かきたま汁	コーンとチーズの米粉蒸しパン 麦茶	しらす干し、焼き竹輪、厚揚げ、卵、牛乳、プロセスチーズ	とうがん、にんじん、たけのこ、さやいんげん、干ししいたけ、たまねぎ、切りみつば、スイートコーン	半つき米、いりごま、ごま油、砂糖、米粉、なたね油	わかめご飯の素、かつおだし、本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、ベーキングパウダー、穀物酢
9土	おひさまSun 学童 リクエスト メニュー	♥ ラーメン なすとじゃこの煮浸し ヨーグルト	♥ フライドポテト 麦茶	豚もも肉、豚ばら肉、しらす干し、厚揚げ、ヨーグルト	キャベツ、にんじん、りょくとうもやし、長ねぎ、なす、青ピーマン	中華めん、なたね油、上白糖、じゃがいも	白湯スープ、うすくちしょうゆ、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、麦茶、食塩
12火		大豆入りドライカレー 春雨の中華和え くだもの	豆乳ゼリー（いちごジャム） 麦茶	豚ひき肉、大豆水煮缶、ツナ、豆乳	にんじん、たまねぎ、なす、青ピーマン、にんにく、ホールトマト缶、りょくとうもやし、きゅうり、きくらげ、なし、アガー、いちごジャム	半つき米、なたね油、砂糖、ごま油、緑豆はるさめ、いりごま	カレールウ、トマトケチャップ、中濃ソース、穀物酢、うすくちしょうゆ、麦茶、水
13 15	お盆保育	愛情弁当	グリーンコープのおやつ 麦茶	ご利用の家庭は愛情弁当と水筒(水またはお茶)をご準備ください。			
16土		ごはん 春雨炒め みそ汁(豆腐)	グリーンコープのおやつ ミルク	豚もも肉、豚ばら肉、木綿豆腐、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、きくらげ、こまつな、にんにく、しょうが、だいこん、わかめ	半つき米、緑豆はるさめ、いりごま、ごま油、砂糖、麦みそ	中華だし、本みりん、料理酒、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、クラッカー
18月		にゅうめん 南瓜のそぼろ煮 くだもの	ツナマヨおにぎり 麦茶	鶏もも肉、油揚げ、厚揚げ、豚ひき肉、ツナ缶	干ししいたけ、にんじん、こまつな、かぼちゃ、たまねぎ、グリーンピース、すいか	そうめん、なたね油、砂糖、かたくり粉、半つき米、マヨネーズ	かつお・昆布だし、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、みりん風調味料、麦茶、めんつゆ
19火	川で あそぼ！会	雑穀ごはん 魚の梅みそ焼き ゴーヤのマヨ和え すまし汁（麴）	グリーンコープのおやつ ミルクココア	白身魚、かにかま、スキムミルク	梅びしお、大葉、ゴーヤ、にんじん、キャベツ、干ししいたけ、えのきたけ、こまつな	半つき米、雑穀米、薄力粉、麦みそ、砂糖、マヨネーズ、釜焼きふ、ミルクココア	料理酒、みりん風調味料、うすくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶、ソフトビスケット
20水	粗食の日	ごはん 厚揚げの卵とじ かいのご汁 ＜郷土料理＞	キャロットオレンジケーキ 麦茶	厚揚げ、蒸しかまぼこ、卵、大豆水煮缶、油揚げ、牛乳	りょくとうもやし、たまねぎ、にら、かぼちゃ、なす、ごぼう、ずいき、こねぎ、にんじん、オレンジジュース	半つき米、ごま油、三温糖、麦みそ、ホットケーキミックス、砂糖、マーガリン	みりん風調味料、うすくちしょうゆ、昆布だし、麦茶
21木		鶏飯 «郷土料理» トマトとツナの和え物 くだもの	グリーンコープのおやつ ミルク	鶏ささみ、卵、ツナ、スキムミルク	干ししいたけ、こねぎ、べつたら漬け、トマト、きゅうり、なす、メロン	半つき米、なたね油、上白糖、砂糖	鶏がらだし、うすくちしょうゆ、みりん風調味料、穀物酢、麦茶、ペビードーナッツ
22金		ごはん 豚肉の生姜焼き ズッキーニのナムル もずくのスープ	ココアラスク 麦茶	豚もも肉、豚ばら肉、ツナ、蒸しかまぼこ	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、しょうが、ズッキーニ、りょくとうもやし、にんにく、もずく、オクラ	半つき米、なたね油、砂糖、いりごま、ごま油、食パン（卵不使用）、マーガリン	本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、鶏がらだし、穀物酢、中華だし、麦茶、ビュアココア
23土	おひさまSun 学童 リクエスト メニュー	ごはん ♥ 鶏のからあげ きゅうりの浅漬け みそ汁（あおさ）	♥ プリン 麦茶	鶏もも肉、油揚げ、牛乳、ホイップクリーム	しょうが、にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、切干しだいこん、塩昆布、りょくとうもやし、あおさ	半つき米、かたくり粉、なたね油、麦みそ、砂糖	こいくちしょうゆ、料理酒、本みりん、浅漬けの素、煮干しだし、麦茶、プリンミルクス、水
25月		ハヤシライス マカロニと野菜のサラダ くだもの	水ようかん 麦茶	牛もも肉、ロースハム、プロセスチーズ、こしあん	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ホールトマト缶、グリーンピース、きゅうり、キャベツ、すいか、粉寒天	半つき米、なたね油、マカロニ	ハヤシルウ、フレンチドレッシング、麦茶、水、食塩
26火	パンの日	焼きそばパン 切り干し大根サラダ ミネストローネ 牛乳	カルシウムおにぎり 麦茶	豚ひき肉、かつお節、焼き竹輪（卵不使用）、ベーコン、牛乳、しらす、プロセスチーズ	たまねぎ、キャベツ、青ピーマン、切干しだいこん、にんじん、こまつな、れんこん、スイートコーン、ズッキーニ、セロリ、ホールトマト缶	中華めん、ロールパン（卵無）、なたね油、押麦、炒め油、半つき米、ごま	中濃ソース、食塩、こしょう、和風ドレッシング、コンソメ、麦茶、こいくちしょうゆ、本みりん
27水		ごはん 豆腐入りミートローフ 小松菜のおかか和え みそ汁（かぼちゃ）	グリーンコープのおやつ ミルクココア	木綿豆腐、豚ひき肉、卵、しらす干し、削り節、スキムミルク	たまねぎ、干しひじき、こまつな、りょくとうもやし、にんじん、かぼちゃ、にら	半つき米、パン粉、上白糖、麦みそ、ミルクココア	食塩、白こしょう、トマトケチャップ、中濃ソース、みりん風調味料、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、揚げせんべい
28木		ごはん 鮭の塩焼き 高野豆腐のごま和え みそ汁（そうめん）	グリーンコープのおやつ 麦茶	さけ、高野豆腐、油揚げ	こまつな、にんじん、りょくとうもやし、えのきたけ、こねぎ	半つき米、なたね油、すりごま、上白糖、そうめん、麦みそ	食塩、こいくちしょうゆ、うすくちしょうゆ、煮干しだし、麦茶、ペビードーナッツ
29金		ラーメン なすとじゃこの煮浸し ヨーグルト	フライドポテト 麦茶	豚もも肉、豚ばら肉、しらす干し、厚揚げ、ヨーグルト	キャベツ、にんじん、りょくとうもやし、長ねぎ、なす、青ピーマン	中華めん、なたね油、上白糖、じゃがいも	白湯スープ、うすくちしょうゆ、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、麦茶、食塩
30土		わかめしらすごはん 冬瓜の煮物 かきたま汁	グリーンコープのおやつ ミルクココア	しらす干し、焼き竹輪（卵不使用）、厚揚げ、卵、スキムミルク	とうがん、にんじん、たけのこ、さやいんげん、干ししいたけ、たまねぎ、切りみつば	半つき米、いりごま、ごま油、砂糖、ミルクココア	わかめご飯の素、かつおだし、本みりん、料理酒、うすくちしょうゆ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、麦茶

※ 献立表の♥は、リクエストメニューです。 それぞれのクラスから順番でリクエストメニューを出してもらっています。

- ★3歳未満児の午前おやつは「グリーンコープのおやつ」と麦茶を提供いたします。
- ★離乳食は別途、個々の段階に応じたメニューになります。
- ★食物アレルギーをお持ちのお子さんは、医師の指示に応じたメニューになります。
- ★延長保育のおやつ（グリーンコープ等）については、1 8 時以降の延長保育ご利用のお子さんを対象としています。
- ★給食、おやつに関しての心配、質問等がございましたら、ご遠慮なく給食室の方へお立ち寄りください。
- ★当園のご飯は五分つき無農薬米を使用しています。
- ★天候不良等により季節の食材が変更になる場合があります。その際には、玄関掲示にてお知らせ致します。

♪8 月の旬の食材♪

- <野菜> かぼちゃ・ピーマン・とうがん・トマト・しそ・きゅうり・ゴーヤ・オクラ・ズッキーニ
- <魚介> すずき・いわし・さば・まぐろ・あじ
- <果物> なし・ぶどう・すいか

「グリーンコープのおやつ」は以下の商品を使用します。
入荷状況により、その他の商品を使用する場合もございます。ご了承ください。

- ・ベジタブルスティック ・ひと口揚げせん ・小魚せんべい ・えびしお ・ごまスティック
- ・つなっこあられ ・動物ぼうろ ・うの花クッキー ・ビスケット ・さくっともちこし ・星せんべい
- ・おにぎりせんべい ・ごぼうせんべい ・ペビードーナツ ・サラダせんべい ・クラッカー