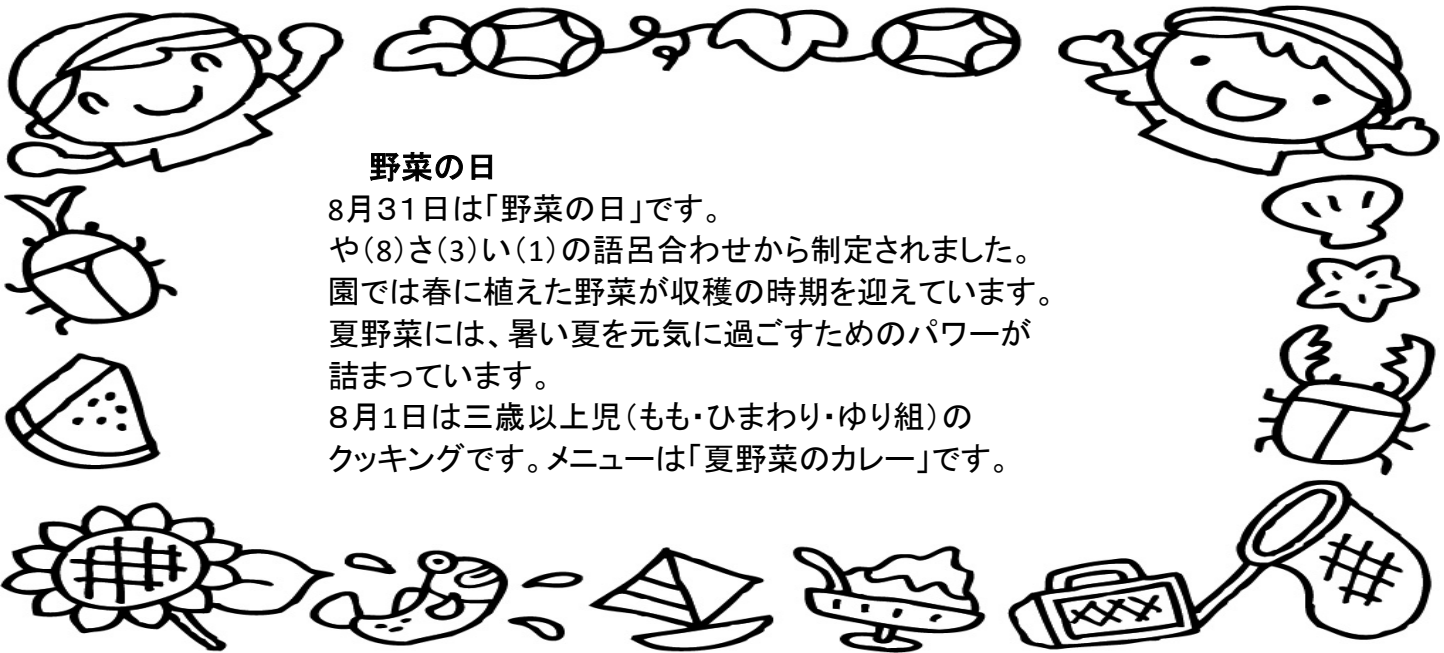


日付	メニュー	材料	おやつ	栄養価
1（金）	麦ご飯 夏野菜カレー 春雨サラダ オレンジ 麦茶	米、押麦 豚肉(ばら)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース(冷凍)、お米で作ったカレールー、なす、ピーマン はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、卵(錦糸卵)、酢、三温糖、しょうゆ、ごま油 オレンジ 麦茶	牛乳 おから蒸しパン おから、卵、油、ホットケーキミックス 黒砂糖、ベーキングパウダー	エネルギー 356 kcal たんぱく質 12 g 脂 質 22 g カルシウム 212 mg
2（土）	スパゲッティマトソース 野菜スープ バナナ	スパゲティ、にんじん、たまねぎ、なたね油、バター、にんにく、ホールトマト缶詰、ツナ油漬缶、しめじ、ケチャップ、粉チーズ、食塩 キャベツ、たまねぎ、鳥がらだし汁、食塩 バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 355 kcal たんぱく質 13 g 脂 質 12 g カルシウム 173 mg
4（月）	麦ご飯 カップ納豆 茄子のそぼろ煮 味噌汁 みかん缶	米、押麦 カップ納豆、ひきわり納豆、しょうゆ 豚ひき肉、なす、ピーマン、しょうゆ、酒、片栗粉 だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 281 kcal たんぱく質 16 g 脂 質 13 g カルシウム 234 mg
5（火）	麦ご飯 お花バーグ 若布のサラダ 野菜スープ スイカゼリー	米、押麦 豚ひき肉、たまねぎ、卵、牛乳、パン粉、ケチャップ、中濃ソース、コーン(冷凍)、バター 生わかめ、きゅうり、みかん缶、酢、三温糖、しょうゆ キャベツ、にんじん、コンソメ、食塩 ゼラチン、砂糖、水、すいか	牛乳 パウンドケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー バター、グラニュー糖、卵	エネルギー 446 kcal たんぱく質 19 g 脂 質 29 g カルシウム 202 mg
6（水）	ふりかけご飯 鰯と野菜の蒸し焼 すき昆布煮 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦、のりたまふりかけ たら、たまねぎ、にんじん、しめじ、バター 刻みこんぶ、切り干しだいこん、にんじん、さつま揚げ、つきこん、大豆水煮缶、さやえんどう、しょうゆ、酒、本みりん 緑豆もやし、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 299 kcal たんぱく質 17 g 脂 質 14 g カルシウム 267 mg
7（木）	麦ご飯 豚肉のピカタ キャベツの彩りサラダ 味噌汁	米、押麦 豚肉(ロース)、小麦粉、卵、粉チーズ キャベツ、黄ピーマン、きゅうり、ハム、マヨドレ じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 320 kcal たんぱく質 18 g 脂 質 18 g カルシウム 230 mg
8（金）	麦ご飯 かじきのコマフライ もやしの和え物 味噌汁 バナナ	米、押麦 かじき、しょうゆ、本みりん、小麦粉、卵、パン粉、ごま、なたね油 緑豆もやし、きゅうり、かに風味、しょうゆ 木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ バナナ	牛乳 ジャムサンド サンドイッチパン いちごジャム	エネルギー 436 kcal たんぱく質 23 g 脂 質 19 g カルシウム 255 mg
9（土）	ひじきご飯 味噌汁 オレンジ	米、ひじき/ほしひじき、にんじん、豚肉(ばら)、油揚げ、しょうゆ、三温糖、酒、食塩 じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 310 kcal たんぱく質 11 g 脂 質 10 g カルシウム 202 mg
11（月）	山の日			
12（火）	麦ご飯 鮭のマネース焼 ブロッコリーのおひたし 味噌汁 みかん缶	米、押麦 さけ、たまねぎ、パセリ粉、マヨドレ ブロッコリー、にんじん、花かつお、しょうゆ だいこん、にんじん、しめじ、いわし(煮干し)、減塩みそ みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 294 kcal たんぱく質 18 g 脂 質 16 g カルシウム 220 mg
13（水）	お弁当の日		牛乳 おやつ(菓子)	
14（木）	お弁当の日		牛乳 おやつ(菓子)	
15（金）	お弁当の日		牛乳 おやつ(菓子)	
16（土）	お弁当の日		牛乳 おやつ(菓子)	
18（月）	麦ご飯 鶏の甘酢煮 アスパラサラダ 味噌汁 みかん缶	米、押麦 鶏手羽元、酢、にんにく、ねぎ、しょうが、三温糖、しょうゆ、本みりん グリーンアスパラガス、にんじん、卵(錦糸卵)、マヨドレ 木綿豆腐、生わかめ、いわし(煮干し)、減塩みそ みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 401 kcal たんぱく質 20 g 脂 質 19 g カルシウム 236 mg
19（火）	麦ご飯 煮 魚 ほうれんそうのおひたし 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦 あかうお、中ざら糖、しょうゆ ほうれんそう、にんじん、油揚げ、しめじ、花かつお、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	牛乳 チーズケーキ クリームチーズ、卵、生クリーム、バター 小麦粉、グラニュー糖、レモン汁	エネルギー 405 kcal たんぱく質 20 g 脂 質 26 g カルシウム 265 mg

日付	メニュー	材料	おやつ	栄養価
20 (水)	ゆかりご飯 ツナ入り厚焼卵 ひじきの煮物 野菜スープ バナナ	米、押麦、しそふりかけ にんじん、たまねぎ、ツナ油漬缶、三温糖、食塩、酒、卵 ひじき/ほしひじき、大豆水煮缶、にんじん、さやえんどう、ちくわ、しょうゆ、酒、本みりん 緑豆もやし、キャベツ、たまねぎ、コンソメ、食塩 バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 336 kcal たんぱく質 18 g 脂 質 15 g カルシウム 206 mg
21 (木)	麦ご飯 五目納豆 豚汁 すいか	米、押麦 納豆、にんじん、ほうれんそう、卵(錦糸卵)、かに風味、しょうゆ 豚肉(ばら)、だいこん、にんじん、ごぼう、じゃがいも、つきこん、ねぎ、木綿豆腐、減塩みそ すいか	牛乳 スパゲッティマトソース	エネルギー 440 kcal たんぱく質 22 g 脂 質 21 g カルシウム 249 mg
22 (金)	麦ご飯 ぶりの揚げ漬 小松菜と竹輪のお浸し 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 ぶり、しょうが、にんにく、ねぎ、片栗粉、なたね油、三温糖、酢、しょうゆ、ごま油、ごま こまつな、にんじん、ちくわ、花かつお、しょうゆ 緑豆もやし、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 423 kcal たんぱく質 18 g 脂 質 25 g カルシウム 248 mg
23 (土)	五目うどん バナナ	干しうどん、にんじん、油揚げ、なると、ほうれんそう、しょうゆ バナナ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 299 kcal たんぱく質 10 g 脂 質 8 g カルシウム 167 mg
25 (月)	ゆかりご飯 タンドリーチキン 切干大根煮 味噌汁 キウイフルーツ	米、押麦、しそふりかけ 鶏もも肉(皮付き)、にんにく、たまねぎ、カレー粉、ヨーグルト(無糖)、食塩、しょうゆ 切り干しだいこん、つきこん、にんじん、油揚げ、干しいたけ、さやえんどう、しょうゆ、酒、本みりん じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ キウイフルーツ	牛乳 麴ラスク 焼き麴 バター、三温糖	エネルギー 344 kcal たんぱく質 17 g 脂 質 19 g カルシウム 250 mg
26 (火)	ふりかけご飯 鰯の塩こうじ焼き ブロッコリーのサラダ 味噌汁 みかん缶	米、押麦、のりたまふりかけ たら、塩こうじ、本みりん、三温糖 ブロッコリー、にんじん、卵(錦糸卵)、マヨドレ 緑豆もやし、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ みかん缶	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 303 kcal たんぱく質 17 g 脂 質 12 g カルシウム 253 mg
27 (水)	麦ご飯 豚肉とピーマンの炒め物 もやしの和え物 味噌汁 グレープフルーツ	米、押麦 豚肉(ロース)、たまねぎ、たけのこ(水煮缶)、ピーマン、本みりん、しょうが、しょうゆ、片栗粉、食塩、ごま油、しょうゆ、三温糖、酒 緑豆もやし、きゅうり、かに風味、しょうゆ だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ グレープフルーツ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 259 kcal たんぱく質 13 g 脂 質 13 g カルシウム 221 mg
28 (木)	麦ご飯 麻婆豆腐風 春雨サラダ 中華スープ バナナ	米、押麦 木綿豆腐、干しいたけ、ねぎ、にんじん、ピーマン、豚ひき肉、にんにく、しょうが、しょうゆ、三温糖、減塩みそ、酒、ごま油、片栗粉 はるさめ、きゅうり、にんじん、ハム、卵(錦糸卵)、酢、三温糖、しょうゆ、ごま油 たまねぎ、えのきたけ、五色麴、中華スープ、食塩 バナナ	牛乳 大学かぼちゃ かぼちゃ、油 大学いものたれ、黒ゴマ	エネルギー 523 kcal たんぱく質 19 g 脂 質 31 g カルシウム 251 mg
29 (金)	麦ご飯 鯖の味噌煮 小松菜の磯和え 清汁 すいか	米、押麦 さば、しょうが、減塩みそ、酒、中ざら糖、しょうゆ、にんにく こまつな、にんじん、ちくわ、刻みのり、しょうゆ 木綿豆腐、生わかめ、昆布だし汁、食塩 すいか	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 297 kcal たんぱく質 17 g 脂 質 15 g カルシウム 216 mg
30 (土)	豚丼 味噌汁 オレンジ	米、豚肉(ばら)、たまねぎ、にんじん、しらたき、しょうゆ、酒、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ オレンジ	牛乳 おやつ(菓子)	エネルギー 331 kcal たんぱく質 11 g 脂 質 10 g カルシウム 192 mg

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。
※栄養価にはご飯のカロリーは含まれておりません。



野菜の日

8月31日は「野菜の日」です。
や(8)さ(3)い(1)の語呂合わせから制定されました。
園では春に植えた野菜が収穫の時期を迎えています。
夏野菜には、暑い夏を元気に過ごすためのパワーが詰まっています。
8月1日は三歳以上児(もも・ひまわり・ゆり組)のクッキングです。メニューは「夏野菜のカレー」です。

令和7年8月



離乳食献立表



認定こども園桜保育園

日	献立	材料名
1金	おかゆ,肉じゃが,野菜サラダ,すいか	米、／豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／すいか、
2土	煮込みうどん,バナナ	干しうどん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、／バナナ、
4月	おかゆ,ひきわり納豆,じゃが芋のそぼろ煮,味噌汁,みかん缶	米、／ひきわり納豆、しょうゆ、／豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
5火	おかゆ,ハンバーグ,ほうれん草のおひたし,野菜スープ,スイカゼリー	米、／豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／ほうれん草、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、食塩、／かんてん、砂糖、水、すいか、
6水	おかゆ,鱈と野菜の煮物,ブロッコリーのサラダ,味噌汁,キウイフルーツ	米、／たら、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
7木	おかゆ,焼肉,キャベツのサラダ,味噌汁,グレープフルーツ	米、／豚肉、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、食塩、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
8金	おかゆ,煮魚,小松菜の煮びたし,味噌汁,バナナ	米、／あかうお、しょうゆ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、はくさい、いわし(煮干し)、減塩みそ、／バナナ、
9土	おかゆ,豚肉と大根の煮物,味噌汁,オレンジ	米、／豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ、
11月	山の日	
12火	おかゆ,鮭の塩焼き,ブロッコリーのおひたし,味噌汁,みかん缶	米、／さけ、食塩、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
13水	お弁当の日	
14木	お弁当の日	
15金	お弁当の日	
16土	お弁当の日	
18月	おかゆ,鶏肉と野菜の煮物,グリーンマッシュ,味噌汁,みかん缶	米、／鶏肉、だいこん、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、ブロッコリー、しょうゆ、／木綿豆腐、キャベツ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
19火	おかゆ,煮魚,ほうれん草のおひたし,味噌汁,キウイフルーツ	米、／あかうお、しょうゆ、／ほうれん草、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
20水	おかゆ,じゃがいものそぼろ煮,野菜のサラダ,野菜スープ,バナナ	米、／にんじん、だいこん、豚ひき肉、しょうゆ、／だいこん、にんじん、しょうゆ、／キャベツ、たまねぎ、洋風だしの素、食塩、／バナナ、
21木	おかゆ,二色納豆,豚汁,すいか	米、／ひきわり納豆、にんじん、ほうれん草、しょうゆ、／豚肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、木綿豆腐、減塩みそ、／すいか、
22金	おかゆ,味噌煮,キャベツの煮物,味噌汁,グレープフルーツ	米、／さけ、減塩みそ、／キャベツ、にんじん、しょうゆ、／ほうれん草、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
23土	煮込みうどん,バナナ	干しうどん、にんじん、ほうれん草、しょうゆ、／バナナ、
25月	おかゆ,鶏肉と玉葱の煮物,大根煮,味噌汁,キウイフルーツ	米、／鶏肉、たまねぎ、しょうゆ、／だいこん、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／キウイフルーツ、
26火	おかゆ,鱈の味噌煮,ブロッコリーのサラダ,味噌汁,みかん缶	米、／たら、減塩みそ、／ブロッコリー、にんじん、食塩、／キャベツ、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／みかん缶、
27水	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,ほうれん草の煮物,味噌汁,グレープフルーツ	米、／豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／ほうれん草、にんじん、しょうゆ、／だいこん、にんじん、いわし(煮干し)、減塩みそ、／グレープフルーツ、
28木	おかゆ,豆腐のふんわり煮,野菜のサラダ,中華スープ,バナナ	米、／木綿豆腐、にんじん、豚ひき肉、しょうゆ、／キャベツ、にんじん、しょうゆ、／たまねぎ、はくさい、食塩、／バナナ、
29金	おかゆ,赤魚の味噌煮,小松菜のおひたし,清汁,すいか	米、／あかうお、減塩みそ、／こまつな、にんじん、しょうゆ、／木綿豆腐、キャベツ、食塩、／すいか、
30土	おかゆ,豚肉と野菜の煮物,ブロッコリーのおひたし,味噌汁,オレンジ	米、／豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、／ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、／じゃがいも、たまねぎ、いわし(煮干し)、減塩みそ、／オレンジ、

※食材の都合により、献立変更になる場合があります。ご了承ください。