

令和7年 8月 給食献立表

社会福祉法人多摩養育園
光明第五保育園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 金	豆乳 おしゃぶり昆布	★精進料理★ 高野豆腐のじゃじゃ麺、のりとコーンのかき揚げ、 キャベツの昆布和え、パイ	ゆでうどん、○米、 天ぷら粉、油、片栗粉、 ○油、砂糖、○玄米	○牛乳、○豚肉(もも)、凍り豆腐、 ○油揚げ、白みそ、◎豆乳	バナナッブル、キャベツ、にんじん、コーン、 きゅうり、焼きのり、○刻みこんぶ、塩こんぶ、 ○しょうが	牛乳 しじゅうしおにぎり
2 土	ミックスジュース	しつぽくうどん、シュウマイ、おからサラダ、バナナ	ゆでうどん、しゅうまい(冷凍)、 ○ロールパン、マヨドレ、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、 ○ホイップクリーム、おから、 ハム、油揚げ	◎ミックスジュース、バナナ、ブロッコリー、 ○もも缶、にんじん、だいこん、万能ねぎ	牛乳 フルーツサンド
4 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、豚汁、カレイの煮つけ、 小松菜の納豆あえ、オレンジ	米、○じゃがいも、○小麦粉、 糸こんにゃく、○パン粉、 三温糖、○油、玄米	○牛乳、かれい、木綿豆腐、○豚ひき肉、 挽きわり納豆、豚肉(肩ロース)、白みそ、 かつお節、◎豆乳	オレンジ、もやし、こまつな、にんじん、○たまねぎ、 ごぼう、オクラ、だいこん、○にんじん、ねぎ、 しょうが、◎きゅうり	☆郷土料理・静岡県☆ 牛乳 三島コロッケ
5 火	飲むヨーグルト	カレーライス、福神漬け、牛乳、 ブロッコリーと海老のサラダ、すいか	米、じゃがいも、 マヨドレ、玄米、 ○クラッカー	牛乳、○アイスクリーム、 豚肉(肩ロース)、卵、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	ブロッコリー、すいか、たまねぎ、 にんじん、福神漬	★第五の日★ 麦茶 選べるアイス (バニラ・ストロベリー) クラッカー
6 水	手作りフルーツ ジュース	ごはん、中華風コーンスープ、マーボー豆腐、 春雨サラダ、キウイフルーツ	米、○小麦粉、○黒砂糖、はるさめ、 砂糖、片栗粉、玄米、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、ハム、 白みそ、テンメンジャン(落花生なしのもの)	◎バナナッブル、◎オレンジ、ねぎ、クリームコーン 缶、 キウイフルーツ、きゅうり、チンゲンサイ、 にんじん、干しいたけ、しょうが	牛乳 黒糖蒸しパン
7 木	飲むヨーグルト	ごはん、豆苗のすまし汁、鶏肉の香味焼き、 切り干し大根とさつま揚げの炒り煮、オレンジ	米、○小麦粉、○やまといも、玄米、 ○マヨドレ、砂糖、なたね油、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、○豚肉(もも)、 さつま揚げ、白みそ、○干しえび、○かつお節、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、トウモロコシ(芽ばえ)、○キャベツ、 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ、 ○ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、○あおのり	牛乳 お好み焼き
8 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、だいこんのみそ汁、あじフライ、 マカロニサラダ、グレープフルーツ	米、○ロールパン、○ポテトチップス、 マカロニ、マヨドレ、油、玄米、 ○マヨドレ、パン粉、小麦粉	○牛乳、あじ、生揚げ、ハム、 白みそ、◎豆乳	グレープフルーツ、にんじん、 だいこん、○キャベツ、キャベツ、 きゅうり	牛乳 ポテチパン
9 土	ミックスジュース	チャーハン、わかめスープ、春巻き、バナナ	米、パプリカ春巻き、○マカロニ、 ○砂糖、ごま油、玄米	○牛乳、焼き豚、○きな粉、白いりごま	◎ミックスジュース、バナナ、ねぎ、 たけのこ(ゆで)、にんじん、 カットわかめ	牛乳 マカロニきな粉
11 月	 山の日 					
12 火	飲むヨーグルト	みそラーメン、ぎょうざ、 ほうれん草のなめたけ和え、オレンジ	ゆで中華めん、 ぎょうざ(冷凍)油	○牛乳、豚ひき肉、赤みそ、 かつお節、◎ヨーグルト(ドリンク)	○とうもろこし、オレンジ、ほうれんそう、もやし、 にんじん、にら、なめたけ、コーン	牛乳 ゆでとうもろこし
13 水	豆乳 大根スティック	丸パン、オニオンスープ、ポークビーンズ、 シーザーサラダ、キウイフルーツ	除去パン、じゃがいも、○リッツ、 油、クルトン、マヨドレ、 フレンチドレッシング(白)、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、 ベーコン、粉チーズ、○脱脂粉乳、 ◎豆乳	たまねぎ、レタス、キウイフルーツ、ダイズマト、 にんじん、グリーンピース、みずな、にんにく、 ◎だいこん	牛乳 プリン リッツクラッカー
14 木	飲むヨーグルト	豚丼、ほうれん草と揚げのみそ汁、 ポテトサラダ、すいか	米、じゃがいも、○油、 玄米、砂糖、マヨドレ	○牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水煮、 白みそ、油揚げ、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	○れんこん、すいか、たまねぎ、○ごぼう、 きゅうり、ほうれんそう(冷凍)、にんじん、 コーン、しょうが、○あおのり	牛乳 根菜チップ
15 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、白菜とカニカマのすまし汁、 鶏肉の味噌マヨ焼き、ひじきの炒り煮、オレンジ	米、○ゆでうどん、 ○小麦粉、マヨドレ、 玄米、砂糖	鶏もも肉、○豚肉(肩ロース)、○油揚げ、 油揚げ、かにかまフレーク、赤みそ、 すりごま(白)、◎豆乳	オレンジ、はくさい、えのきたけ、○だいこん、 れんこん、○にんじん、にんじん、○ごぼう、 ひじき、○ねぎ、さやえんどう	★終戦記念日★ 麦茶 ずいとん汁 ※乳児はうどん
16 土	ミックスジュース	ナポリタン、青のりハッシュドポテト、 野菜スティック、バナナ	スパゲティー、 ハッシュドポテト、マヨドレ	○牛乳、ウインナー、バター、白みそ	◎ミックスジュース、バナナ、ブロッコリー、たまねぎ、 だいこん、ピーマン、にんじん、マッシュルーム、 あおのり	牛乳 たいやき
18 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、煮込み汁、さけのフライ、 小松菜の納豆あえ、オレンジ	○じゃがいも、米、パン粉、 油、玄米、小麦粉	○牛乳、さけ、挽きわり納豆、生揚げ、 ○バター、かつお節、◎豆乳	オレンジ、もやし、こまつな、にんじん、だいこん、 オクラ、ほうれんそう(冷凍)、○あおのり、 ◎きゅうり	牛乳 じゃがバター
19 火	飲むヨーグルト	カレーライス、福神漬け、牛乳、 ブロッコリーと海老のサラダ、グレープフルーツ	米、じゃがいも、○リッツ、 マヨドレ、玄米	牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	グレープフルーツ、ブロッコリー、たまねぎ、○もも缶、 ○みかん缶、○パイナップル、○キウイフルーツ、 にんじん、福神漬	麦茶 フルーツポンチ リッツクラッカー
20 水	かき氷	ごはん、中華風コーンスープ、マーボー豆腐、 春雨サラダ、キウイフルーツ	米、○小麦粉、○黒砂糖、はるさめ、 砂糖、片栗粉、玄米、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、ハム、 白みそ、テンメンジャン(落花生なしのもの)	ねぎ、クリームコーン缶、キウイフルーツ、きゅうり、 チンゲンサイ、にんじん、干しいたけ、しょうが	牛乳 黒糖蒸しパン
21 木	飲むヨーグルト	ごはん、豆苗のすまし汁、鶏肉の香味焼き、 切り干し大根とさつま揚げの炒り煮、オレンジ	米、○小麦粉、○やまといも、玄米、 ○マヨドレ、砂糖、なたね油、ごま油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、○豚肉(もも)、 さつま揚げ、白みそ、○干しえび、○かつお節、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、トウモロコシ(芽ばえ)、○キャベツ、 切り干しだいこん、にんじん、たまねぎ、 ○ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、 ○あおのり	牛乳 お好み焼き
22 金	豆乳 おしゃぶり昆布	☆郷土料理・静岡県☆ ごはん、だいこんのみそ汁、黒はんぺんのフライ、 マカロニサラダ、グレープフルーツ	米、○ロールパン、○ポテトチップス、 マカロニ、マヨドレ、油、玄米、 ○マヨドレ、パン粉、小麦粉	○牛乳、黒はんぺん、生揚げ、 ハム、白みそ、◎豆乳	グレープフルーツ、にんじん、 だいこん、○キャベツ、キャベツ、 きゅうり	牛乳 ポテチパン
23 土	ミックスジュース	塩ラーメン、揚げワンタン、 ブロッコリーとしらす和え、バナナ	ゆで中華めん、ワンタン皮、 ○食パン、ごま油	○牛乳、○バター、豚ひき肉、 ○粉チーズ、しらす干し	◎ミックスジュース、バナナ、ブロッコリー、もやし、 にんじん、キャベツ、コーン	牛乳 チーズトースト
25 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、にらともやしのみそ汁、鮭の塩麹焼き、 大根と豚肉の煮物、オレンジ	米、○ホットケーキ粉、○粉糖、 玄米、塩こうじ、○グラニュー糖	○牛乳、さけ、豚肉(肩ロース)、 生揚げ、○無塩バター、白みそ、 ◎豆乳	オレンジ、だいこん、もやし、にんじん、 にら、○レモン果汁、◎きゅうり	牛乳 レモンケーキ
26 火	飲むヨーグルト	★誕生会メニュー★ まっくろくすけのおにぎり、コーンスープ、 鶏のから揚げ、野菜スティック、すいか	米、マヨドレ、○麩、油、 玄米、片栗粉、○油、 小麦粉	○牛乳、鶏もも肉、牛乳、鮭フレーク、 白みそ、スライスチーズ、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	ブロッコリー、すいか、だいこん、コーン、にんじん、 刻みのり、焼きのり、しょうが	牛乳 誕生会デザート お麩スナック
27 水	豆乳 大根スティック	☆郷土料理・静岡県☆ きつねうどん、桜えびのかき揚げ、 ほうれん草のなめたけ和え、キウイフルーツ	ゆでうどん、油、天ぷら粉	○牛乳、干しえび、油揚げ、 かまぼこ、◎豆乳	ほうれんそう、○とうもろこし、たまねぎ、 キウイフルーツ、もやし、にんじん、ねぎ、 なめたけ、干しいたけ、◎だいこん	牛乳 ゆでとうもろこし
28 木	飲むヨーグルト	豚丼、ほうれん草と揚げのみそ汁、 ポテトサラダ、オレンジ	米、○強力粉、じゃがいも、玄米、 砂糖、マヨドレ、○オリーブ油	○牛乳、豚肉(肩ロース)、○とろけるチーズ、 ツナ水煮、○ウインナー、白みそ、油揚げ、 ◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう(冷凍)、 ○たまねぎ、にんじん、コーン、○ピーマン、しょうが	牛乳 ピザ
29 金	豆乳 おしゃぶり昆布	ごはん、白菜とカニカマのすまし汁、 カジキの味噌マヨ焼き、ひじきの炒り煮、オレンジ	米、○食パン、○砂糖、 マヨドレ、玄米、砂糖	○牛乳、かじき、○バター、油揚げ、 かにかまフレーク、赤みそ、○きな粉、 すりごま(白)、◎豆乳	オレンジ、はくさい、えのきたけ、れんこん、 にんじん、ひじき、さやえんどう	牛乳 きなこサンドパン
30 土	ミックスジュース	ハヤシライス、コンソメスープ、 切り干し大根のコールスロー風サラダ、バナナ	米、玄米、マヨドレ、 ○リッツ	○アイスクリーム、豚肉(肩ロース)、 ハム、ベーコン	◎ミックスジュース、たまねぎ、バナナ、コーン、 切り干しだいこん、キャベツ、にんじん、 マッシュルーム	麦茶 アイス リッツクラッカー



☆ 一日あたりの平均給与量 ☆

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児	535kcal	21.4g	16.6g	241mg	2.3mg	189μg	0.29mg	0.34mg	19mg
3歳未満児	476kcal	19.0g	14.8g	200mg	2.1mg	188μg	0.25mg	0.28mg	20mg

・仕入等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。

・第五の日の選べるアイスはバニラかストロベリーのどちらかを選んでもらいます。



☆ 今月の行事食 ☆

1日：精進料理

5日：第五の日

15日：終戦記念日

26日：誕生会

