



8 月 献 立 表



2025年08月

童之口こども園(一般)

日付	献立名	材料名 <small>(◎は10時おやつ、○は午後おやつ材料)</small>			おやつ <small>(◎は10時、○は午後おやつ)</small>	栄養価(kcal)	
		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		3歳未満	3歳以上
1 金	ご飯、魚のかば焼き、五色和え、トマト	米、○マシュマロ、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、メルルーサ、油揚げ、しょうゆ、ごま、◎牛乳	トマト、もやし、きゅうり、にんじん、しめじ、コーン	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○マシュマロサンドクラッカー	443	484
2 土 23	ぶっかけひやむぎ、焼きポテト、オレンジ	干しひやむぎ、じゃがいも、砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、しょうゆ、ごま、◎牛乳	オレンジ・ネーブル、にんじん、きゅうり、干しいたけ、あおのり	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○菓子	518	554
4 月	ビビンバ、焼きかぼちゃ、もずくスープ、すいか	米、○食パン、砂糖、油、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、ベーコン、しょうゆ、赤みそ、ごま、◎牛乳	すいか、かぼちゃ、もやし、ほうれんそう、にんじん、もずく、たまねぎ、○いちごジャム、コーン、ねぎ、黒	◎菓子、◎牛乳、○牛乳、○ジャムサンド	529	566
5 19	ご飯、魚の塩焼き、ゴーヤ入りチャンプルー、パン缶(5日)、すいか(19日)	米、○じゃがいも、○片栗粉、○砂糖、○油、ごま油	○牛乳、鮭、木綿豆腐、豚肉(もも)、○しょうゆ、しょうゆ、かつお節、◎牛乳	パン缶、もやし、こまつな、にんじん、にがうり、ゴーヤ、○あおのり	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○磯辺いもち	459 (5日) 454 (19日)	498 (5日) 493 (19日)
6 20	豚肉の冷しゃぶ、ひじきのきんぴら、じゃこ豆	板こんにゃく、砂糖、ごま油	○牛乳、豚肉(ロース)、蒸し大豆、さつま揚げ、しょうゆ、しらす干し、ごま、白み	ごぼう、にんじん、ピーマン、ひじき	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○小魚、○ミレービスケット	436	454
7 21	ご飯、鶏肉のカレーじょうゆ焼き、千草和え、きざみ昆布とじゃこのふりかけ	米、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、しらす干し、しょうゆ、かつお節、◎牛乳、	キャベツ、にんじん、もやし、ほうれんそう、コーン、刻みこんぶ	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○アイスクリーム・ウエハース(7日)、トマトゼ	532 (7日) 449 (21日)	595 (7日) 492 (21日)
8 22	ご飯、わかめごはん(3未)、かぼちゃのチーズ焼き、野菜スープ、トマト	米、○食パン、じゃがいも、○マーガリン、○グラニュー糖、砂糖、油	○牛乳、豚ひき肉、ピザ用チーズ、ベーコン、しょうゆ、◎牛乳	かぼちゃ、たまねぎ、トマト、キャベツ、しめじ、にんじん、にら、炊き込みわかめ	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○シュガートースト	487	554
9 16	スパゲッティナポリタン、フレンチサラダ、オレンジ	スパゲティー、ケチャップ、油、砂糖、オリーブ油	○牛乳、ベーコン、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、オレンジ・ネーブル、にんじん、ホールトマト缶詰、きゅうり、ピーマン、エリンギ、	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○菓子	480	506
12 26	ご飯、豚肉のマーマレード炒め、かぼちゃのみそ汁、トマト	米、油	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、米みそ(中みそ)、油揚げ、しょうゆ、いわし(煮干し)、◎牛乳、○アイス	トマト、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、チンゲンサイ、えのきたけ、マーマレード、黒きくらげ	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○菓子 ◎牛乳、○アイス クリーム・ウエハース(26日)	456 (12日) 549 (26日)	500 (12日) 616 (26日)
13 27	夏野菜のカレーライス、コールスローサラダ、オレンジ	米、じゃがいも、パームンドカレー(甘口)、砂糖、オリーブ油	○牛乳、鶏もも肉、◎牛乳	キャベツ、オレンジ・ネーブル、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、ホールトマト缶詰、なす、きゅうり、ピーマ	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、◎菓子(13日)、米粉のもちもちケーキ(27日)	504 (13日) 535 (27日)	558 (13日) 596 (27日)
14 木	ぶっかけうどん、キャベツのゆかりあえ、もも缶	干しうどん、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、油揚げ、しょうゆ、ごま、◎牛乳	キャベツ、もも缶、にんじん、きゅうり、干しいたけ、刻みこんぶ	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○菓子	503	532
15 金	ビビンバ、わかめスープ、バナナ	米、砂糖、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、赤みそ、しょうゆ、ごま、◎牛乳	バナナ、もやし、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、えのきたけ、黒きくらげ、カット	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○菓子	482	510
18 月	ご飯、豚肉のみそ炒め、粉ふきいも、とうがんのすまし汁	米、じゃがいも、○食パン、砂糖、油、片栗粉	○牛乳、豚肉(もも)、油揚げ、米みそ(中みそ)、しょうゆ、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、なす、とうがん、○いちごジャム、ピーマン、ねぎ、黒きくらげ、しょうが	◎菓子、◎牛乳、○牛乳、○ジャムサンド	494	548
25 月	ご飯、鶏肉と野菜のケチャップ味、キャベツとコーンの和え物	米、じゃがいも、ケチャップ、○砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○ねりあん、かつお節、しょうゆ、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ホールトマト缶詰、なす、こまつな、しめじ、ピーマン、コーン	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○水ようかん	471	519
28 木	ご飯、筑前煮、切干大根の酢の物、もも缶	米、じゃがいも、板こんにゃく、○マカロニ、○砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○きな粉、ちくわ、しらす干し、しょうゆ、いわし(煮干し)、◎牛乳	もも缶(黄桃)、にんじん、れんこん、キャベツ、ごぼう、グリーンピース、切り干しだいこん、干しいたけ	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○マカロニあべかわ	498	547
29 金	豚丼、青菜とコーンのナムル、豆乳スープ	米、じゃがいも、○マシュマロ、油、ごま油、砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、調製豆乳、ベーコン、しょうゆ、米みそ(中みそ)、ごま、◎牛乳	たまねぎ、こまつな、にんじん、もやし、ピーマン、キャベツ、しめじ、コーン、しょうが	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○マシュマロサンドクラッカー	523	565
30 土	冷麺、バナナ	ゆで中華めん、砂糖、ごま油	○牛乳、焼き豚、しょうゆ、ごま、◎牛乳	バナナ、トマト、もやし、にんじん、きゅうり、黒きくらげ、干しいたけ、レモン	◎牛乳、◎菓子、○牛乳、○菓子	460	477

※都合により食材の一部または献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。
※お米は赤磐市赤坂産の「朝日米」を使用しています。