

# 給食献立表

## 普通食

令和7年8月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

| 日付    | 献立   | おやつ                      | 熱や力になるもの  | 血や肉や骨になるもの   | 体の調子を整えるもの   | エネルギー | たんぱく質 | 脂質   | 食塩相当量 |
|-------|--|--------------------------|---|--|--|-------|-------|------|-------|
| 8月1日  | 冷やし中華<br>野菜のチーズ焼き<br>スイカ                       | バナナコーンフレーク<br>いりこ        | 中華めん、砂糖、ごま、<br>ごま油、じゃが芋、コー<br>ンフレーク                     | ハム、鶏卵、胡麻、チー<br>ズ、牛乳、いりこ                              | 胡瓜、ブロッコリー、人<br>参、スイカ、バナナ   | 408   | 17.6  | 11.5 | 2.2   |
| 8月4日  | 麦ごはん<br>ミートローフ<br>きりこぶしの煮付け<br>味噌汁             | とうもろこし<br>牛乳<br>いりこ      | 米、麦、砂糖、味噌   | 豚ひき肉、鶏卵、刻み昆<br>布、生揚げ、鰹節、牛<br>乳、いりこ                   | 玉ねぎ、人参、とうもろ<br>こし、グリーンピース、<br>しいたけ、まいたけ、な<br>めこ、ねぎ                             | 424   | 19.2  | 13.1 | 1.6   |
| 8月5日  | 麦ごはん<br>ポークチャップ<br>モロヘイヤのお浸し<br>味噌汁            | 水ようかん<br>いりこ             | 米、麦、薄力粉、サラダ<br>油、砂糖、味噌、寒天                               | 豚肉、しらす干し、油揚<br>げ、鰹節、小豆、いりこ                           | 玉ねぎ、しめじ、モロヘ<br>イヤ、もやし、人参、<br>キャベツ  | 324   | 16.7  | 6.5  | 1.2   |
| 8月6日  | 麦ごはん<br>カシキの照り焼き<br>薩摩カレーサラダ<br>味噌汁            | 米粉クッキー<br>牛乳<br>いりこ      | 米、麦、砂糖、さつま<br>芋、マヨネーズ、カレー<br>粉、味噌、米粉クッキー                | めかじき、ベーコン、<br>ヨーグルト、豆腐、鰹節<br>牛乳、いりこ                  | 人参、オクラ   | 438   | 17.0  | 12.7 | 1.2   |
| 8月7日  | 夏野菜カレー<br>ほうれん草としめじのソテー<br>ヨーグルトポンチ            | きな粉クッキー<br>いりこ           | 米、麦、薄力粉、サラダ<br>油、カレールウ、砂糖、<br>薄力粉、きな粉、ベーキ<br>ングパウダー     | 豚肉、バター、鶏卵、<br>ヨーグルト、いりこ                              | 人参、玉ねぎ、南瓜、茄<br>子、ほうれん草、しめ<br>じ、バナナ、みかん、プ<br>ルーン                                | 483   | 14.6  | 15.5 | 1.7   |
| 8月8日  | 麦ごはん<br>麻婆豆腐<br>ブロッコリーの胡麻醤油和え<br>きのこスープ        | さつま芋蒸しパン<br>牛乳<br>いりこ    | 米、麦、味噌、砂糖、片<br>栗粉、ごま油、蒸しパン<br>ミックス、さつま芋                 | 豆腐、豚肉、ひじき、鶏<br>卵、ごま、牛乳、いりこ                           | ニラ、ねぎ、しょうが、<br>にんにく、ブロッコリー<br>しいたけ、えのきだけ、<br>しめじ                               | 353   | 17.1  | 11.4 | 1.7   |
| 8月12日 | ツナとトマトのスパゲティ<br>わかめとコーンのサラダ<br>野菜スープ           | 胡麻チーズホットケーキ<br>いりこ       | スパゲティ、砂糖、サラ<br>ダ油、じゃが芋、ホット<br>ケーキミックス                   | ツナ、わかめ、チーズ、<br>ごま、いりこ                                | トマト、玉ねぎ、万能ね<br>ぎ、にんにく、キャベ<br>ツ、とうもろこし、玉ね<br>ぎ、人参                               | 326   | 14.3  | 3.6  | 1.9   |
| 8月18日 | 麦ごはん<br>チーズハンバーグ<br>小松菜のしらす和え<br>味噌汁           | ツナコーン芋もち<br>いりこ          | 米、麦、パン粉、味噌、<br>じゃが芋、片栗粉                                 | 豚肉、チーズ、鶏卵、牛<br>乳、しらす干し、油揚<br>げ、鰹節、ツナ、いりこ             | 玉ねぎ、人参、小松菜、<br>南瓜、しめじ、とうもろ<br>こし   | 423   | 19.1  | 12.7 | 1.5   |
| 8月19日 | 焼きスパゲティ<br>ほうれん草の胡麻和え<br>スイカ                   | シナモンドーナツ<br>いりこ          | スパゲティ、砂糖、サラ<br>ダ油、じゃが芋、ホット<br>ケーキミックス、シナモ<br>ン、サラダ油     | 豚肉、ごま、いりこ  | 人参、キャベツ、玉ね<br>ぎ、ピーマン、ほうれん<br>草、人参、スイカ  | 314   | 11.9  | 7.3  | 0.8   |
| 8月20日 | 麦ごはん<br>鯖の味噌焼き<br>酢の物<br>澄まし汁                  | 杏スコーン<br>いりこ             | 米、麦、味噌、砂糖、片<br>栗粉、ごま油、さつま<br>芋、薄力粉、ベーキング<br>パウダー、あんずジャム | 鯖、わかめ、しらす干<br>し、鶏肉、鰹節、パ<br>ター、生クリーム、いり<br>こ          | しょうが、胡瓜、みか<br>ん、里芋、玉ねぎ   | 460   | 17.3  | 15.3 | 1.9   |
| 8月21日 | 麦ごはん<br>豚肉と茄子のカレー炒め<br>キャベツとごぼうのサラダ<br>オニオンスープ | ココア揚げパン<br>牛乳<br>いりこ     | 米、麦、サラダ油、カ<br>レー粉、砂糖、ごま油、<br>ココアパン、ココア                  | 豚肉、しらす干し、胡<br>麻、バター、牛乳、いり<br>こ                       | 茄子、ピーマン、キャベ<br>ツ、ごぼう、とうもろこ<br>し、玉ねぎ、人参   | 440   | 16.2  | 14.0 | 1.3   |
| 8月22日 | 麦ごはん<br>鶏肉のマーメレード焼き<br>野菜のゆかり和え<br>味噌汁         | りんごケーキ<br>牛乳<br>いりこ      | 米、麦、マーメレード<br>味噌、ホットケーキミッ<br>クス                         | 鶏肉、生揚げ、鰹節、<br>ヨーグルト、牛乳、いり<br>こ                       | にんにく、しょうが、胡<br>瓜、人参、大根、ゆかり<br>茄子、りんご、レーズン                                      | 464   | 18.8  | 15.0 | 1.1   |
| 8月25日 | 麦ごはん<br>から揚げの甘酢漬け<br>ねばねば和え<br>味噌汁             | りんご寒天<br>いりこ             | 米、麦、片栗粉、サラダ<br>油、砂糖、さつま芋、味<br>噌、りんご果汁、寒天                | 鶏肉、鰹節、いりこ  | 玉ねぎ、人参、パプリ<br>カ、モロヘイヤ、オク<br>ラ、ごぼう、もも   | 431   | 14.5  | 13.4 | 0.9   |
| 8月26日 | 豚卵天丼<br>切り干し大根のサラダ<br>味噌汁                      | ヨーグルトパン<br>いりこ           | 米、麦、砂糖、ごま油、<br>味噌、強力粉、ベーキン<br>グパウダー、味噌、サラ<br>ダ油、マーメレード  | 豚肉、鶏卵、揚げ玉、海<br>苔、切り干し大根、ひじ<br>き、わかめ、鰹節、ヨー<br>グルト、いりこ | 玉ねぎ、人参、胡瓜、<br>キャベツ   | 407   | 14.4  | 8.5  | 1.6   |
| 8月27日 | 麦ごはん<br>かつおの竜田揚げ<br>ラタトゥイユ<br>ほうれん草のスープ        | レモンシュガートースト<br>牛乳<br>いりこ | 米、麦、片栗粉、サラダ<br>油、オリーブ油、砂糖、<br>食パン                       | かつお、バター、牛乳、<br>いりこ                                   | しょうが、茄子、ズッ<br>キニーニ、玉ねぎ、ピーマ<br>ン、パプリカ、にんに<br>く、トマト、ほうれん<br>草、とうもろこし、ねぎ<br>レモン果汁 | 459   | 19.7  | 14.2 | 1.4   |
| 8月28日 | サラダそうめん<br>ポテトサラダ<br>スイカ                       | プルーンホットケーキ<br>牛乳<br>いりこ  | そうめん、めんつゆ、<br>じゃが芋、マヨネーズ、<br>カレー粉、ホットケーキ<br>ミックス        | ツナ、胡麻、チーズ、牛<br>乳、いりこ                                 | トマト、胡瓜、人参、と<br>うもろこし、ブロッコ<br>リー、スイカ、プルーン                                       | 396   | 14.8  | 13.1 | 2.6   |
| 8月29日 | 麦ごはん<br>牛肉と野菜のしぐれ煮<br>豆まめサラダ<br>味噌汁            | きな粉バナナ<br>牛乳<br>いりこ      | 米、麦、豆腐、サラダ<br>油、砂糖、マヨネー<br>ズ、味噌、きな粉                     | 牛肉、ソーセージ、鰹<br>節、味噌、大豆、牛乳、<br>いりこ                     | ねぎ、人参、ごぼう、し<br>めじ、枝豆、とうもろこ<br>し、大根、えのきだけ、<br>バナナ                               | 459   | 18.7  | 14.6 | 1.5   |

※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。  
※ ( ) で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。

# 給食献立表

離乳食



令和7年8月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

| 日付    | 献立            |                           |           |              | 食 材  |
|-------|---------------|---------------------------|-----------|--------------|--|
|       | 主食            | おかず                       | 汁・果汁等     | おやつ          |  |
| 8月1日  | 冷やし中華         | 野菜のチーズ焼き                  | スイカ       | バナナコーンフレーク   | 棒面、人参、胡瓜、鶏ささみ、胡麻、ブロッコリー、チーズ、スイカ、コーンフレーク、バナナ、粉ミルク                   |
| 8月4日  | おかゆ           | ミートローフ・きりこぶの煮付け           | 味噌汁       | とうもろこし       | 米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、とうもろこし、グリーンピース、ケチャップ、昆布、生揚げ、しいたけ、まいだけ、なめこ、ねぎ、とうもろこし  |
| 8月5日  | おかゆ           | チキンチャップ・モロヘイヤのお浸し         | 味噌汁       | 水ようかん        | 米、鶏ささみ、玉ねぎ、しめじ、ケチャップ、モロヘイヤ、人参、しらす、もやし、キャベツ、油揚げ、小豆、寒天               |
| 8月6日  | おかゆ           | カジキの照り焼き・さつま芋のサラダ         | 味噌汁       | 赤ちゃんせんべい     | 米、メカジキ、さつま芋、人参、ヨーグルト、豆腐、オクラ、赤ちゃんせんべい                               |
| 8月7日  | 夏野菜粥          | ほうれん草としめじの和え物             | ヨーグルトポンチ  | きな粉ホットケーキ    | 米、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、南瓜、ナス、ほうれん草、しめじ、バナナ、みかん、ブルーベリー、ヨーグルト、ホットケーキミックス、きな粉  |
| 8月8日  | おかゆ           | 麻婆豆腐・ブロッコリーの胡麻和え          | きのこスープ    | さつま芋の蒸しパン    | 米、鶏ひき肉、豆腐、にら、ねぎ、片栗粉、ブロッコリー、ひじき、胡麻、しいたけ、えのきたけ、しめじ、さつま芋、蒸しパンミックス、胡麻  |
| 8月12日 | ツナとトマトのスパゲッティ | わかめとコーンのサラダ               | 野菜スープ     | 胡麻チーズホットケーキ  | スパゲッティ、ツナ、トマト、ねぎ、ケチャップ、わかめ、キャベツ、とうもろこし、じゃが芋、玉ねぎ、人参                 |
| 8月18日 | おかゆ           | チーズハンバーグ・小松菜のしらす和え        | 味噌汁       | 粉ふき芋         | 米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、チーズ、パン粉、ケチャップ、小松菜、しらす、油揚げ、南瓜、しめじ、じゃが芋                |
| 8月19日 | ナポリタンスパゲッティ   | ほうれん草の胡麻和え                | スイカ       | ホットケーキ       | スパゲッティ、鶏ひき肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、ほうれん草、胡麻、スイカ、ホットケーキミックス         |
| 8月20日 | おかゆ           | 鮭の味噌煮・酢の物                 | 澄まし汁      | 赤ちゃんクッキー     | 米、鮭、味噌、胡瓜、わかめ、しらす、みかん、里芋、鶏むね肉、玉ねぎ、赤ちゃんクッキー                         |
| 8月21日 | おかゆ           | ささみとナスの煮物<br>キャベツとごぼうのサラダ | オニオンスープ   | パン           | 米、鶏ささみ、ナス、キャベツ、ごぼう、とうもろこし、しらす、胡麻、玉ねぎ、人参、コッパン                       |
| 8月22日 | おかゆ           | 鶏肉のマーマレード焼き・野菜のゆかり和え      | 味噌汁       | りんごケーキ       | 米、鶏ささみ、マーマレード、胡瓜、人参、大根、ゆかり、生揚げ、ナス、ホットケーキミックス、りんご、ヨーグルト、レーズン        |
| 8月25日 | おかゆ           | 野菜のそぼろ煮・ねばねば和え            | 味噌汁       | りんご寒天        | 米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、パプリカ、モロヘイヤ、オクラ、さつま芋、ごぼう、りんご果汁、寒天、もも                  |
| 8月26日 | そぼろ丼          | 切り干し大根のサラダ                | 味噌汁       | ヨーグルトホットケーキ  | 米、人参、鶏ひき肉、のり、玉ねぎ、切り干し大根、ひじき、人参、胡瓜、キャベツ、わかめ、ホットケーキミックス、ヨーグルト、マーマレード |
| 8月27日 | おかゆ           | カジキの煮付け・ラタトゥイユ            | ほうれん草のスープ | パン           | 米、めかじき、ナス、ズッキーニ、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、トマト、ほうれん草、とうもろこし、食パン                 |
| 8月28日 | サラダそうめん       | ポテトサラダ                    | スイカ       | ブルーベリーホットケーキ | そうめん、ツナ、トマト、胡瓜、人参、じゃが芋、ブロッコリー、チーズ、スイカ、ホットケーキミックス、ブルーベリー            |
| 8月29日 | おかゆ           | ささみと野菜の煮物・豆サラダ            | 味噌汁       | きな粉バナナ       | 米、鶏ささみ、豆腐、ねぎ、人参、ごぼう、しめじ、大豆、枝豆、とうもろこし、大根、えのきたけ、バナナ、きな粉              |

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。  
エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れていきます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手元に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようにお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。

