



こんだてひょう



令和7年8月 宮内認定こども園

日	曜日	献立	黄の食べ物	赤の食べ物	緑の食べ物	午前おやつ (乳児)	午後おやつ	エネルギー量 幼児
			熱や力になる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品			乳児
1	金	ビビンバごはん ねぎとわかめの中華スープ きゅうりとトマトサラダ	米・白ごま・砂糖・春雨・ ごま油・油	豚ひき肉	きゅうり・もやし・ぜんまい・ ほうれん草・ねぎ・にんじん・ わかめ・ミニトマト	牛乳 オレンジ	麦茶 ゼリー	507 425
2	土	やさしいパン クリームシチュー ツナサラダ・くだもの	パン・じゃがいも・白ご ま・砂糖・ごま油	鶏肉・牛乳・ツナ缶詰・生 クリーム	ブロッコリー・玉ねぎ・にんじ ん・コーン・グリーンピース	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
3	日							
4	月	ごはん・すまし汁（まいたけ・豆腐） さばの味噌煮 丘ひじきのおひたし	米・砂糖	さば・豆腐・味噌・かつお 節	丘ひじき・キャベツ・三つ葉・ まいたけ・にんじん・生姜・昆 布	牛乳 バナナ	麦茶 すいか	488 430
5	火	焼きおにぎり・豚汁 きゅうりの三五八漬け バナナ	米・じゃがいも・麴・砂糖	豚肉・味噌	大根・きゅうり・ねぎ・にんじ ん・バナナ	牛乳 サンドイッチ	麦茶 焼きそば	608 519
6	水	ご飯・夏野菜のトマトスープ タンドリーチキン ポテトサラダ・オレンジ	米・じゃがいも・マヨネー ズ	鶏肉・ヨーグルト	キャベツ・きゅうり・トマト・ 玉ねぎ・にんじん・にんにく・ オレンジ	牛乳 おせんべい	麦茶 焼きとうもろこ し	594 485
7	木	ごはん・五色納豆 みそ汁（なす・厚揚げ） 切昆布の炒り煮・すいか	米・砂糖	納豆・味噌・チーズ・油揚 げ・かつお節	なす・玉ねぎ・系こんにゃく・ キャベツ・ほうれん草・にんじ ん・切昆布・ねぎ・ごぼう・海 苔・わかめ・すいか	牛乳 蒸かし芋	麦茶 手作りクッキー	543 490
8	金	肉そぼろごはん キャベツの浅漬け オレンジ	米・砂糖・油	豚ひき肉	キャベツ・玉ねぎ・きゅうり・ にんじん・干ししいたけ・オレ ンジ	牛乳 ボーロ	麦茶 幼：アイス 乳：バナナ	477 409
9	土	しょうゆラーメン きゅうりのナムル くだもの	中華麺・白ごま・砂糖・ご ま油	チャーシュー・なると	もやし・きゅうり・コーン・に んじん	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
10	日							
11	月	山の日						
12	火	カレーライス わかめとコーンのスープ 夏の野菜サラダ・オレンジ	米・じゃがいも・油・砂 糖・ごま油	豚肉	玉ねぎ・ブロッコリー・にんじ ん・コーン・グリーンピース・わ かめ・トマト・きゅうり・オク ラ・オレンジ	牛乳 ボーロ	麦茶 おせんべい	546 475
13	水	おべんとう				麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
14	木	おべんとう				麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
15	金	おべんとう				麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
16	土	おべんとう				麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
17	日							
18	月	ごはん・マーボー豆腐 中華サラダ・バナナ	米・片栗粉・砂糖・春雨・ ごま油	豆腐・豚ひき肉・味噌	キャベツ・きゅうり・ねぎ・に んじん・干ししいたけ・しょう が・バナナ	牛乳 おせんべい	麦茶 にんじんクッ キー	642 534

19	火	ごはん・みそ汁（じゃがいも） カレイのムニエル 切干し大根煮	米・じゃがいも・小麦粉・ 砂糖	カレイ・味噌・油揚げ・パ ターオイル	チンゲン菜・ねぎ・系こんにゃ く・にんじん・切り干し大根・ 干しいたけ・わかめ	牛乳 オレンジ	麦茶 手作りプリン	565 481
20	水	コンソメスープ・焼きそば わかめの酢の物 オレンジ	焼きそば麺・油・砂糖	豆腐・豚肉・かまぼこ	キャベツ・玉ねぎ・きゅうり・ コーン・にんじん・オクラ・ ピーマン・わかめ・オレンジ	牛乳 チーズ	麦茶 フルーツポンチ	587 529
21	木	ごはん・しらすの佃煮ふりかけ クリームシチュー ひじきと旬の野菜和え バナナ	米・じゃがいも・砂糖・白 ごま・ごま油	鶏肉・牛乳・ちくわ・しら す干し・生クリーム	玉ねぎ・きゅうり・キャベツ・ にんじん・コーン・グリーンピー ス・ひじき・バナナ	牛乳 ボーロ	麦茶 ピザトースト	653 567
22	金	ごはん・すまし汁（豆腐・わかめ） お好み焼きハンバーグ キャベツとトマトの浅漬け	米・パン粉・油	豚ひき肉・豆腐・かつお節	キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・ ねぎ・ミニトマト・わかめ・に んじん・青のり	牛乳 オレンジ	麦茶 ゼリー	562 480
23	土	コッペパンサンド ウィンナーのケチャップ和え ツナとブロッコリーサラダ・くだもの	パン・白ごま・砂糖・ごま 油	ウィンナー・ツナ水煮	ブロッコリー・バナナ	牛乳 おせんべい	麦茶 おせんべい	
24	日							
25	月	中華スープ・タコライス ブロッコリーのにんじんソース バナナ	米・油・春雨・ごま油・砂 糖・白ごま	鶏ひき肉・チーズ	ブロッコリー・玉ねぎ・トマ ト・ねぎ・にんじん・わかめ・ バナナ	牛乳 蒸かし芋	麦茶 焼きそば	583 504
26	火	ごはん・みそ汁（小松菜・油揚げ） 赤魚の煮魚 きのこ根菜のきんぴら	米・砂糖・油	赤魚・生揚げ・ちくわ・味 噌	れんこん・もやし・系こんにゃ く・ごぼう・小松菜・しめじ・ にんじん・しょうが・	牛乳 オレンジ	麦茶 かぼちゃドー ナッツ	571 496
27	水	＜お誕生会給食＞ やさしいパン・チンゲン菜のスープ ポテトのミートソース キャベツナサラダ・ゼリー	パン・じゃがいも・油・白 ごま・砂糖・ごま油	豆腐・豚ひき肉・ツナ水煮	キャベツ・玉ねぎ・にんじん・ チンゲン菜・コーン・グリーン ピース・にんにく・きゅうり	牛乳 ビスケット	麦茶 焼きおにぎり	631 529
28	木	ごはん・豚汁 栄養満点納豆 切昆布の炒り煮・バナナ	米・じゃがいも・砂糖	豚肉・納豆・味噌・チー ズ・油揚げ・かつお節	大根・こんにゃく・にんじん・ ごぼう・系こんにゃく・キャベ ツ・ほうれん草・刻み昆布・海 苔	牛乳 オレンジ	麦茶 ギザギザのり塩 ポテト	575 517
29	金	ごはん・みそ汁（なめこ・豆腐） 鮭の照り煮 カリコリきゅうり	米・砂糖・油・片栗粉・ご ま油	豆腐・鮭・味噌	きゅうり・キャベツ・ねぎ・な めこ・にんじん	牛乳	麦茶 さつまいもクッ キー	537 491
30	土	鶏うどん・キャベツの浅漬け くだもの	うどん	鶏肉	キャベツ・きゅうり・しめじ・ にんじん・ねぎ・しいたけ・小 松菜	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい	
31	日							

8月の 旬の食材



いんげん



とうもろこ



トマト



枝豆



オクラ



なす



きゅうり



すいか

- * 食材等の都合により、献立・おやつが変更になる場合があります。
- * 乳児（てんし・ばんだ・ひよこ）組は、午前中おやつがあります。（牛乳とくだものなど）
- * 幼児（ちょうちょう・たんぼぼ・つくしんぼ）組は、午前中に牛乳を飲みます。

*アレルギーを考慮した献立（卵・くるみ・ピーナッツ・そばを使用しない）としています。
*加工食品（・中華麺・ちくわ・ウィンナー・マヨネーズ・かにかまぼこ）等は、卵を含まない製品を使用します。

