

令和7年 8月 給食献立表



社会福祉法人多摩養育園
光明第八こども園

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
			熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01金	豆乳、食べる小魚	《 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、パインアップル	うどん、○小麦粉、てんぷら粉、○グラニュー糖、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、○バター、○卵、○牛乳、凍り豆腐、みそ、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	パインアップル、キャベツ、人参、コーン、胡瓜、焼きのり、塩こんぶ	牛乳、ココアマフィン
02土	まめびよ	豚丼、みそ汁(茄子・玉ねぎ)、キャベツの青じそ和え、グレープフルーツ	米、白滝、砂糖	○牛乳、豚肉、油揚げ、みそ、ごま	玉ネギ、キャベツ、グレープフルーツ、なす、人参、胡瓜、しそ	牛乳、ドームケーキ(カスタード)
04月	豆乳、バナナチップス	《 ご当地グルメ・岐阜 》とりとマ井、かき玉スープ、ポパイサラダ、オレンジ	米、クラッカー	○牛乳、鶏もも肉、卵、ベーコン、ごま、◎調製豆乳	玉ネギ、ほうれん草、キャベツ、オレンジ、ホールトマト、○もも肉、○みかん缶、○パン缶、トマトピューレ、人参、ブロッコリー(ゆで)、◎バナナ(乾果)	牛乳、フルーツゼリー、クラッカー
05火	ヤクルト、人参スティック	マーブル食パン、肉団子のコーンクリームスープ、コロケ、コールスローサラダ、キウイフルーツ	食パン、○米、油、欧風マヨネーズ、砂糖、◎ごま油	牛乳、○しらす干し、ハム、◎ヤクルト	キャベツ、クリームコーン缶、キウイフルーツ、玉ネギ、人参、胡瓜、コーン、◎人参	麦茶、菜めしとしらすのおにぎり
06水	豆乳、大根スティック	ごはん、みそ汁(小松菜・もやし)、鮭の塩焼き、豚肉と根菜の炒め物、バナナ	米、○マカロニ・スパゲティ、砂糖、ごま油	○牛乳、鮭、豚肉、○ツナ油漬缶、みそ、○バター、ごま、◎調製豆乳	バナナ、れんこん、ごぼう、もやし、◎玉ネギ、ごまつな、ねぎ、人参、○しめじ、◎人参、◎えのきたけ、えのきたけ、いんげん、◎刻みのり、◎大根	牛乳、ツナときのこの和風スパゲッティ
07木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	冷やしきつねうどん、エビしゅうまい、生揚げと野菜のそぼろ煮、スイカ	うどん、○さつま芋、○砂糖、○はちみつ、○油、砂糖、片栗粉	○牛乳、生揚げ、豚ひき肉、油揚げ、かまぼこ、みそ(赤色辛みそ)、◎ごま、◎のむヨーグルト	スイカ、玉ネギ、人参、胡瓜、もやし、ごまつな、えのきたけ、カットわかめ、◎胡瓜	牛乳、大学いも
08金	豆乳、食べる小魚	ごはん、のっぺい汁、鶏肉の梅みそ焼き、ほうれん草ののり和え、グレープフルーツ	米、さといも(冷凍)、○砂糖、砂糖、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉、かまぼこ、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	グレープフルーツ、もやし、ほうれん草、人参、○かぼちゃ、ごぼう、ねぎ、椎茸、えのきたけ、うめびしお、刻みのり	牛乳、かぼちゃパイ
09土	まめびよ	しらすのスパゲッティ、コーンスープ、豚しゃぶサラダ、バナナ	マカロニ・スパゲティ、ドレッシング	○牛乳、牛乳、豚肉(もも)、しらす干し、バター	コーン、バナナ、キャベツ、玉ネギ、ほうれん草、しめじ、胡瓜、人参、刻みのり	牛乳、今川焼き(あんこ)
11月			☆☆山の日☆☆			
12火	ヤクルト、人参スティック	ごはん、みそ汁(キャベツ・油揚げ)、れんこんつくね、大根とひじきの和風サラダ、オレンジ	米、ドレッシング、片栗粉、砂糖、◎砂糖	○牛乳、鶏ひき肉、○生クリーム、油揚げ、ベーコン、みそ、○きな粉、◎ヤクルト	オレンジ、大根、れんこん、キャベツ、ねぎ、人参、ごまつな、胡瓜、ひじき、カットわかめ、◎人参	牛乳、クリームサンドビスケット(きなこ)
13水	豆乳、大根スティック	冷やし中華(しょうゆ味)、焼ギョウザ、切干大根のチャプチェ風、スイカ	中華めん、○ホットケーキ粉、○砂糖、○油、砂糖、油、ごま油	○牛乳、豚肉、○牛乳、ハム、◎調製豆乳	スイカ、○りんご(缶詰)、胡瓜、切り干しだいこん、ミニトマト、人参、ニラ、椎茸、コーン、◎大根	牛乳、りんごケーキ
14木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	ごはん、みそ汁(さつま芋・水菜)、白身魚のたらこマヨ焼き、ブロッコリーのおかか和え、グレープフルーツ	米、○食パン、さつま芋、○欧風マヨネーズ、欧風マヨネーズ	○牛乳、メルルーサ、○ハム、○スライスチーズ、たらこ、みそ、かつお節、◎のむヨーグルト	グレープフルーツ、キャベツ、ブロッコリー、玉ネギ、人参、水菜、◎胡瓜	牛乳、ハムチーズサンド
15金	豆乳、食べる小魚	夏野菜のカレー、福神漬け、オニオンスープ、じゃこと豆腐のサラダ、パインアップル	米、○小麦粉、油、ごま油	○牛乳、豚肉、豆腐、○豚肉(もも)、油揚げ、しらす干し、牛乳、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	玉ネギ、パインアップル、レタス、◎大根、なす、胡瓜、◎ごまつな、ズッキーニ、オクラ、トマト、福神漬け、ヤングコーン、赤ピーマン、○ねぎ、○人参、○干し椎茸	《 終戦記念日 》牛乳、すいとん
16土	まめびよ	五目そうめん、しゅうまい、ブロッコリーと卵の炒め物、バナナ	○クリームパン、干しとうめん、砂糖、油	○牛乳、卵、かまぼこ、ベーコン	ブロッコリー、バナナ、もやし、人参、胡瓜、しめじ、コーン	牛乳、ミニクリームパン
18月	豆乳、バナナチップス	ナス入りマーボー豆腐丼、かき玉スープ、ポパイサラダ、オレンジ	米、砂糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、豆腐、豚ひき肉、卵、ベーコン、みそ(赤色辛みそ)、ごま、◎調製豆乳	ほうれん草、キャベツ、オレンジ、なす、葱、◎もも肉、○みかん缶、○パン缶、ねぎ、玉ネギ、ブロッコリー(ゆで)、しょうが、にんにく、◎バナナ(乾果)	牛乳、フルーツゼリー、クラッカー
19火	ヤクルト、人参スティック	マーブル食パン、肉団子のコーンクリームスープ、コロケ、コールスローサラダ、キウイフルーツ	食パン、○米、油、欧風マヨネーズ、砂糖、◎ごま油	牛乳、○しらす干し、ハム、◎ヤクルト	キャベツ、クリームコーン缶、キウイフルーツ、玉ネギ、人参、胡瓜、コーン、◎人参	麦茶、菜めしとしらすのおにぎり
20水	豆乳、大根スティック	ハヤシライス、ズッキーニのコンソメスープ、大根とホタテフレークのサラダ、バナナ	米、○マカロニ・スパゲティ	○牛乳、豚肉(もも)、○ツナ油漬缶、ほたて貝柱水煮缶、○バター、◎調製豆乳	玉ネギ、バナナ、大根、人参、ブロッコリー(ゆで)、ズッキーニ、◎玉ネギ、胡瓜、○しめじ、コーン、マッシュルーム、○人参、○えのきたけ、◎刻みのり、◎大根	牛乳、ツナときのこの和風スパゲッティ
21木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	《 誕生会 》五目チャーハン、わかめスープ、鶏肉のから揚げ、チョレギサラダ、梨	米、油、片栗粉、ごま油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、焼き豚、○ホイップクリーム、卵、なると、ごま、◎のむヨーグルト	梨、キャベツ、胡瓜、玉ネギ、◎オレンジ、ねぎ、椎茸、◎オレンジ濃縮果汁、グリンピース、人参、焼きのり、カットわかめ、レモン果汁、しょうが、にんにく、◎胡瓜	牛乳、誕生会ケーキ
22金	豆乳、食べる小魚	ごはん、のっぺい汁、鶏肉の梅みそ焼き、ほうれん草ののり和え、グレープフルーツ	米、さといも(冷凍)、○砂糖、砂糖、片栗粉	○牛乳、鶏もも肉、かまぼこ、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	グレープフルーツ、もやし、ほうれん草、人参、○かぼちゃ、ごぼう、ねぎ、椎茸、えのきたけ、うめびしお、刻みのり	牛乳、かぼちゃパイ
23土	まめびよ	冷やしわかめうどん、春巻き、小松菜と油揚げの煮浸し、バナナ	うどん、春巻き、油、ごま油	○牛乳、かまぼこ、油揚げ	ごまつな、バナナ、胡瓜、人参、カットわかめ	牛乳、マーブルソフトパン
25月	牛乳、バナナチップス	《 郷土料理 ・岐阜》ごはん、すったて汁、鶏ちゃん、きゅうりとわかめの酢の物、キウイフルーツ	米、砂糖、ごま油	○アイスクリーム、鶏もも肉、調製豆乳、豚肉、油揚げ、大豆(水煮パック)、みそ、淡色みそ、◎牛乳	キャベツ、胡瓜、キウイフルーツ、玉ネギ、ねぎ、大根、しめじ、トマト、人参、カットわかめ、◎バナナ(乾果)	麦茶、パニラアイス、ウエハース
26火	ヤクルト、人参スティック	ごはん、みそ汁(キャベツ・油揚げ)、れんこんつくね、大根とひじきの和風サラダ、オレンジ	米、ドレッシング、片栗粉、砂糖、◎砂糖	○牛乳、鶏ひき肉、○生クリーム、油揚げ、ベーコン、みそ、○きな粉、◎ヤクルト	オレンジ、大根、れんこん、キャベツ、ねぎ、人参、ごまつな、胡瓜、ひじき、カットわかめ、◎人参	牛乳、クリームサンドビスケット(きなこ)
27水	豆乳、大根スティック	冷やし中華(しょうゆ味)、焼ギョウザ、切干大根のチャプチェ風、スイカ	中華めん、○ホットケーキ粉、○砂糖、○油、砂糖、油、ごま油	○牛乳、豚肉、○牛乳、ハム、◎調製豆乳	スイカ、○りんご(缶詰)、胡瓜、切り干しだいこん、ミニトマト、人参、ニラ、椎茸、コーン、◎大根	牛乳、りんごケーキ
28木	のむヨーグルト、胡瓜スティック	ごはん、みそ汁(さつま芋・水菜)、白身魚のたらこマヨ焼き、ブロッコリーのおかか和え、グレープフルーツ	米、○食パン、さつま芋、○欧風マヨネーズ、欧風マヨネーズ	○牛乳、メルルーサ、○ハム、○スライスチーズ、たらこ、みそ、かつお節、◎のむヨーグルト	グレープフルーツ、キャベツ、ブロッコリー、玉ネギ、人参、水菜、◎胡瓜	牛乳、ハムチーズサンド
29金	豆乳、食べる小魚	夏野菜のカレー、福神漬け、オニオンスープ、じゃこと豆腐のサラダ、パインアップル	米、○さつま芋、○砂糖、油、ごま油	○牛乳、豚肉、豆腐、○くりの甘露煮、しらす干し、牛乳、◎調製豆乳、◎いわし(煮干し)	玉ネギ、パインアップル、レタス、なす、胡瓜、福神漬け、赤ピーマン、ヤングコーン、トマト、ズッキーニ、オクラ	《 郷土料理 》牛乳、栗きんとん
30土	まめびよ	ハンバーガー、コロコロスープ、ほうれん草のソテー、オレンジ	バーガーパン、○米、じゃが芋、パン粉、油	豚ひき肉、牛ひき肉、鶏もも肉、卵、ベーコン	ほうれん草(冷凍)、玉ネギ、オレンジ、キャベツ、コーン、人参	麦茶、わかめおにぎり

☆食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。

☆ 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 536kcal	20.7g	18.3g	216mg	1.9mg	179μg	0.33mg	0.36mg	37mg
3歳未満児 499kcal	20.92g	17.3g	273mg	2.3mg	158μg	0.31mg	0.34mg	32mg

《**郷土料理**・ご当地グルメ》今月は岐阜県です！

とりとマ井…中津川産の鶏肉とトマトを使った丼で、お店によって色々なメニューがあるご当地グルメです。

すったて汁…合掌造りで有名な白川村の郷土料理で、すりつぶした大豆、肉や野菜を使ったみそ味の汁です。

鶏ちゃん…鶏肉と野菜をたれで炒めた郷土料理で、地域や家庭によってさまざまな味付けがあるそうです。

栗きんとん…中津川が発祥の地と言われ、昔から山栗が多くとれたことから郷土菓子の栗きんとんが誕生したそうです。

