

令和 7 年 8 月 給食献立表 杉ノ子第二保育園

日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 金	ご飯 味噌汁 鶏つくねの照り焼き じゃがいものカレー炒め きゅうりの塩昆布和え 果物(すいか)	牛乳 菓子 人参マドレーヌ 牛乳	牛乳・油揚げ・赤みそ・削り節・ 煮干し・鶏ひき肉・鶏卵・ベーコ ン	菓子・精白米・片栗粉・調合油・ 三温糖・じゃがいも・ごま油・薄 力粉・無塩バター	だいこん・塩わかめ・長ねぎ・しょうが・ たまねぎ・にんじん・きゅうり・塩昆布・ すいか
2 土	スパゲッティナポリタン 若布スープ グリーンサラダ ヨーグルト	牛乳 菓子 炊き込みご飯 麦茶	牛乳・フランクフルトソーセー ジ・パルメザンチーズ・ヨーグ ルト・若鶏もも皮なし	菓子・マカロニ・スパゲティ・調合 油・いりごま・精白米・三温糖	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・トマト ケチャップ・ホールトマト・塩わかめ・長 ねぎ・キャベツ・きゅうり・乾しいたけ
4 月	麻婆丼 にら玉スープ パンサンデー 果物(バナナ)	牛乳 菓子 ぎょうざの皮ピザ 牛乳	牛乳・木綿豆腐・ぶたひき肉・ 赤みそ・鶏卵・ロースハム・ピザ 用チーズ	菓子・精白米・調合油・三温糖・ 片栗粉・はるさめ・ごま油・きよ うぎの皮	長ねぎ・しょうが・にんにく・にら・たま ねぎ・にんじん・きゅうり・バナナ・青 ピーマン・冷凍コーン・トマトケチャップ
5 火	ハターロールパン ミネストローネスープ オムレツ パプリカソテー ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶 チーズ入りチヂミ ジュース	鶏卵・鶏ひき肉・ヨーグルト・ピ ザ用チーズ	ロールパン・マカロニ・スパゲ ティ・有塩バター・調合油・薄力 粉・ごま油	バナナ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・ セロリー・にんにく・パセリ・ホールマト ・トマトケチャップ・りよくとうもろやし・ 青ピーマン・赤ピーマン・にら・りんご ジュース
6 水	若布ごはん 味噌汁 豚マヨ炒め ポテトフライ キャベツのおかか和え 果物(すいか)	ヨーグルト 麦茶 あんぱん 牛乳	ヨーグルト・油揚げ・赤みそ・削 り節・煮干し・ぶたロース・エッ グケアマヨネーズ・牛乳	精白米・フライドポテト・調合油・ パン	こまつな・たまねぎ・しょうが・にんに く・キャベツ・にんじん・すいか
7 木	ごま塩ご飯 味噌汁 かじきまぐろの竜田揚げ シルバーサラダ 果物(みかん缶)	ジュース 菓子 アイスクリーム・煎餅 おにぎり(0.1才) 麦茶	油揚げ・赤みそ・削り節・煮干 し・めかじき・ロースハム・エッ グケアマヨネーズ	菓子・精白米・ごま油・片栗粉・ 調合油・はるさめ	りんごジュース・キャベツ・チンゲンサイ ・しょうが・にんじん・きゅうり・みかん 缶詰
8 金	鮭寿司 味噌汁 鶏の照り焼き 切干大根の煮付け スティックきゅうり ぶどうゼリー	牛乳 菓子 きな粉ラスク 麦茶	牛乳・さけ・鶏卵・木綿豆腐・赤 みそ・削り節・煮干し・若鶏もも 皮なし・さつま揚げ・きな粉	菓子・精白米・三温糖・いりごま・ 調合油・マヨネーズ・ゼリー・食パ ン・有塩バター・グラニュー糖	まこんぶ・切りみつば・えのきたけ・塩 わかめ・しょうが・切干しだいこん・にん じん・さやいんげん・きゅうり
9 土	ぶつがけうどん じゃが芋のそぼろ煮 フルーツヨーグルト	牛乳 菓子 ジャムサンド 牛乳	牛乳・煮しかまぼこ・削り節・鶏 ひき肉・ヨーグルト	菓子・ゆでうどん・三温糖・じゃ がいも・調合油・食パン	にんじん・長ねぎ・塩わかめ・乾しいた け・バナナ・いちごジャム
12 火	春雨入りあんかけ丼 もやしのスープ 卵とキャベツのサラダ 果物(桃缶)	牛乳 菓子 蒸しパン 牛乳	牛乳・ぶたロース・ベーコン・鶏 卵・パルメザンチーズ	菓子・精白米・はるさめ・ごま油・ 三温糖・片栗粉・いりごま・調合 油・薄力粉・甘納豆(あずき)	にんじん・たまねぎ・はくさい・ゆでた けのこ・チンゲンサイ・りよくとうもろ やし・生しいたけ・キャベツ・きゅうり・白 桃缶
13 水	ミートソーススパゲッティ 若布スープ ツナサラダ アップルゼリー	牛乳 菓子 焼きおにぎり 麦茶	牛乳・鶏ひき肉・ぶたひき肉・ パルメザンチーズ・まぐろ油漬 缶詰	菓子・マカロニ・スパゲティ・有塩 バター・三温糖・調合油・いりご ま・ゼリー・精白米・ごま油	にんにく・セロリー・たまねぎ・にんじ ん・青ピーマン・ホールトマト・トマトケ チャップ・塩わかめ・長ねぎ・キャベツ・ きゅうり
14 木	カレーライス 味噌汁 オリエンタルサラダ 果物(みかん缶)	牛乳 菓子 きつねうどん 麦茶	牛乳・ぶたロース・赤みそ・削り 節・煮干し・若鶏ささ身・油揚 げ	菓子・精白米・じゃがいも・調合 油・釜焼きふ・コーンフレーク・ご ま油・ゆでうどん・三温糖	たまねぎ・にんじん・塩わかめ・長ねぎ・ キャベツ・きゅうり・みかん缶詰
15 金	ご飯 味噌汁 ハンバーグ 野菜ソテー ヨーグルト	牛乳 菓子 バナナケーキ 牛乳	牛乳・赤みそ・煮干し・削り節・ 鶏ひき肉・ぶたひき肉・ヨーグ ルト・鶏卵	菓子・精白米・パン粉・調合油・薄 力粉・三温糖・無塩バター	たまねぎ・くりかぼちゃ・にんじん・トマ トケチャップ・キャベツ・青ピーマン・バ ナナ
16 土	焼きそば 韓国風スープ ポテトフライ ヨーグルト	牛乳 菓子 おかかチーズおにぎり 麦茶	牛乳・ぶたロース・ヨーグルト・ プロセスチーズ・削り節	菓子・中華めん・調合油・いりご ま・ごま油・フライドポテト・精白 米	キャベツ・にんじん・たまねぎ・青ピーマ ン・あおのり・塩わかめ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レノール当量: RE)(μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
乳児	505	19.7	16.0	217	1.8	129	0.30	0.35	27	4.0	2.1
幼児	589	22.4	18.8	187	2.3	142	0.35	0.32	32	5.1	2.5

※おやつの上段は、乳児の午前のおやつです
 ※乳児のマヨネーズは、卵の入っていない製品を使用しています
 ※材料の入荷状況のにより献立を変更する場合があります
 ※まだ食べたことのない食材はご家庭でお試ください



保護者	園長	栄養士

令和 7 年



8月 給食献立表



杉ノ子第二保育園

日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18 月	ごま塩ご飯 けんちん汁 豚しゃぶみそだれ 茹で野菜 果物(すいか)	牛乳 菓子	牛乳・木綿豆腐・削り節・ぶた ロース・赤みそ・しらす干し	菓子・精白米・ごま油・糸こんに ゃく・さといも・調合油・三温 糖・すりごま・いりごま	ごぼう・にんじん・だいこん・長ねぎ・ キャベツ・りよくとうもやし・すいか
19 火	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ごぼうのごまとれ和え なすのそぼろ煮 果物(バナナ)	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・生揚げ・赤みそ・削 り節・煮干し・さけ・ぶたひき 肉・ベーコン・牛乳	精白米・三温糖・すりごま・調合 油・マカロニ・スパゲティ	こまつな・キャベツ・ごぼう・なす・長ね ぎ・赤ピーマン・しょうが・バナナ・たま ねぎ・青ピーマン・冷凍コーン・トマトケ チャップ
20 水	レースパン(乳児 牛乳パン) 卵とトマトスープ 鶏肉のマーマレード焼き スパゲティサラダ ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶	ベーコン・鶏卵・若鶏もも皮なし し・ロースハム・エッグケアマヨ ネーズ・ヨーグルト・削り節	パン・調合油・片栗粉・三温糖・マ カロニ・スパゲティ・精白米	バナナ・トマト・たまねぎ・パセリ・マー マレード・にんじん・きゅうり・こねぎ
21 木	お赤飯 鶏肉と冬瓜のスープ あじフライ 煮付け 茹で野菜 オレンジゼリー	ジュース 菓子	ささげ・若鶏もも皮なし・あじ・ 鶏卵・さつま揚げ	菓子・精白米・ごま油・薄力粉・ パン粉・調合油・三温糖・マヨ ネーズ・ゼリー・ケーキ	りんごジュース・とうがん・長ねぎ・まこ んぶ・だいこん・にんじん・キャベツ・い ちご
22 金	青菜ご飯 味噌汁 しゅうまい ナムル トマト 桃ゼリー	牛乳 菓子	牛乳・生揚げ・赤みそ・削り節・ 煮干し・ぶたひき肉	菓子・精白米・じゃがいも・ごま 油・片栗粉・しゅうまいの皮・いり ごま・ゼリー・食パン・黒砂糖・有 塩バター	塩わかめ・しょうが・ゆでたけのこ・た まねぎ・乾しいたけ・りよくとうもやし・ きゅうり・にんじん・トマト
23 土	塩麻婆豆腐丼 白菜スープ 若布サラダ ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・木綿豆腐・ぶたひき肉・ なると・鶏卵・エッグケアマヨ ネーズ・ヨーグルト	菓子・精白米・ごま油・三温糖・片 栗粉・いりごま・調合油・ロール パン	ゆでたけのこ・にら・乾しいたけ・長ね ぎ・しょうが・にんにく・はくさい・塩わ かめ・きゅうり・キャベツ
25 月	ふりかけご飯 味噌汁 グリルチキンのトマトソース ジャーマンポテト スティックきゅうり 果物(バナナ)	牛乳 菓子	牛乳・油揚げ・赤みそ・削り節・ 煮干し・若鶏もも皮なし・フラン クフルトソーセージ・あずき	菓子・精白米・薄力粉・調合油・ 三温糖・じゃがいも・マヨネーズ	えのきたけ・みずな・にんにく・たまね ぎ・ホールトマト・パセリ・きゅうり・パナ ナ・寒天・みかん缶詰・みかん缶詰汁
26 火	ご飯 味噌汁 サバのおろしソースがけ 茹で野菜 果物(すいか)	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト・赤みそ・削り節・煮 干し・さば・ベーコン・生クリー ム・パルメザンチーズ	精白米・釜焼きふ・片栗粉・調合 油・三温糖・マヨネーズ・パンネ ・オリーブ油	こまつな・えのきたけ・しょうが・だいこ ん・キャベツ・りよくとうもやし・すいか・ たまねぎ・ぶなしめじ・エリンギ・パセリ
27 水	バターロールパン キャベツのスープ 豚肉のデミグラスソース焼き マカロニサラダ 蒸し野菜(とうもろこし) ヨーグルト	果物(バナナ) 麦茶	ぶたロース・まぐろ油漬缶詰・ ヨーグルト・若鶏もも皮なし	ロールパン・有塩バター・マカロ ニ・スパゲティ・調合油・精白米・ 三温糖	バナナ・キャベツ・たまねぎ・えのきた け・にんじん・トマトケチャップ・きゅう り・スイートコーン・ごぼう
28 木	ご飯 千切り野菜のすまし汁 鶏肉のみそからめ焼き ズッキーニ炒め 果物(梨)	ジュース 菓子	削り節・若鶏もも皮なし・赤み そ・ベーコン・牛乳	菓子・精白米・しらたき・三温糖・ 調合油・いりごま・さつまいも・ いりごま	りんごジュース・だいこん・えのきたけ・ にんじん・さやえんどう・ズッキーニ・な し
29 金	豚肉と昆布の混ぜご飯 味噌汁 鰯の南蛮漬け 粉ふき芋 リンゴゼリー	牛乳 菓子	牛乳・ぶたロース・油揚げ・赤 みそ・削り節・煮干し・あじ・ぶ たひき肉・大豆水煮缶詰	菓子・精白米・調合油・片栗粉・ 三温糖・じゃがいも・ゼリー・パン	刻み昆布・にんじん・こねぎ・りよくとう もやし・ほうれんそう・たまねぎ・青 ピーマン・ホールトマト・トマトケチャッ プ
30 土	野菜冷やし中華 かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	牛乳 菓子	牛乳・ロースハム・ヨーグルト・ まぐろ油漬缶詰	菓子・中華めん・いりごま・三温 糖・ごま油・精白米	きゅうり・にんじん・りよくとうもやし・ くりかぼちゃ・塩昆布

厳しい暑さを乗り切りましょう

毎日暑い日が続いています。夏バテを防ぐには、バランスのよい食事と休養が大
切です。給食では、食欲を増進させ、疲れを回復しやすい食材や献立を取り入れて
います。しっかりと栄養をとり、夜はぐっすり眠って、体調を整えていきましょう。

