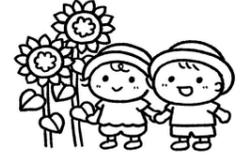


2025年08月



# たのしい食事だより



日付	曜日	午前のおやつ (乳児のみ)	お昼の献立	午後のおやつ	材 料 名			
					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	調味料
1	金	牛乳 ソフトせんべい	ごはん そうめん汁 豆腐となすの肉味噌かけ パイナップル	牛乳 ソフトあられ (きなこ)	(ソフトせんべい) 米 油 砂糖 そうめん 焼麩 ソフトあられ	豆腐 豚ミンチ 牛乳	なす 人参 玉ねぎ グリーンピース かいわれ パイナップル	みそ かつお節(だし) しょうゆ 塩
4	月	牛乳 ポーロ	三色ごはん みそ汁 ごまあえ	牛乳 オレンジ ビスケット	(ポーロ) 米 油 砂糖 じゃがいも ごま ビスケット	卵 鶏ミンチ 生揚げ 牛乳	きゅうり かいわれ チンゲンサイ 人参 オレンジ	塩 しょうゆ かつお節(だし) みそ
5	火	牛乳 オレンジ	ごはん 白身魚のフライ 春雨スープ かぼちゃサラダ	カルピス せんべい	米 小麦粉 パン粉 油 春雨 せんべい	(牛乳) メルルーサ ハム カルピス	(オレンジ) コーン缶 オクラ かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ	ケチャップソース 中華の素 塩 マヨ・ドレ
6	水	飲むヨーグルト いわしせんべい	ごはん ポークビーンズ 夏野菜スープ パイナップル	牛乳 △リエム	(いわしせんべい) 米 じゃがいも 砂糖 油 リエム	(飲むヨーグルト) 大豆 豚肉 ベーコン 牛乳	人参 玉ねぎ トマト缶 パセリ スズキニ なす パイナップル	コンソメの素 ソース ケチャップ 塩
7	木	牛乳 バナナ	ごはん ひじきの炒め煮 みそ汁 納豆あえ	☆ココアプリン	米 油 砂糖 マカロニ	(牛乳) ツナ缶 豆腐 納豆 豆乳 ゼラチン	(バナナ) ひじき <b>こんにゃく</b> 人参 コーン缶 さやいんげん 玉ねぎ もやし モロヘイヤ	かつお節(だし) みそ しょうゆ 塩 ココア
8	金	牛乳 豆乳ウエハース	カレーライス コールスロー	牛乳 せんべい	(豆乳ウエハース) 米 じゃがいも 油 砂糖 せんべい	豚肉 ハム 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり	カレールウ 酢 塩
12	火	牛乳 ソフトせんべい	にんじんごはん みそ汁	牛乳 ビスケット	(ソフトせんべい) 米 砂糖 焼麩 ビスケット	ツナ缶 油揚げ 牛乳	人参 ごぼう なす 玉ねぎ	しょうゆ みりん かつお節(だし) みそ
13	水	牛乳 ポーロ	豚丼 すまし汁	りんごジュース ポテトスナック	(ポーロ) 米 油 砂糖 ポテトスナック	(牛乳) 豚肉 生揚げ	玉ねぎ グリーンピース 人参 ごぼう りんごジュース	かつお節(だし) しょうゆ みりん 酒 塩
14	木	野菜ジュース チーズ	五目ごはん みそ汁	牛乳 ビスケット	米 砂糖 ビスケット	(チーズ) 鶏肉 油揚げ 豆腐 牛乳	(野菜ジュース) 人参 ごぼう <b>こんにゃく</b> グリーンピース 花切干 わかめ	かつお節(だし) しょうゆ みりん みそ
15	金	牛乳 豆乳ウエハース	焼豚とコーンのチャーハン じゃがいもスープ	牛乳 ビスケット	(豆乳ウエハース) 米 油 じゃがいも ビスケット	焼き豚 牛乳	玉ねぎ コーン缶 ピーマン キャベツ 人参	コンソメの素 塩 こしょう しょうゆ
18	月	ヨーグルト	夏野菜カレー フレンチサラダ メロン	牛乳 バナナ せんべい	米 油 砂糖 せんべい	(ヨーグルト) 鶏肉 ハム 牛乳	かぼちゃ 玉ねぎ スズキニ ピーマン なす キャベツ 人参 トマト メロン バナナ	カレールウ 酢 塩 こしょう
19	火	牛乳 オレンジ	ごはん 煮魚 みそ汁 切干大根とひじきのサラダ	☆フルーチェ (もも)	米 砂糖 じゃがいも	さわら 豆腐 ハム 牛乳	(オレンジ) しょうが わかめ 切干大根 ひじき きゅうり コーン缶 フルーチェ	酒 しょうゆ みりん かつお節(だし) みそ マヨ・ドレ
20	水	牛乳 いわしせんべい	ごはん とんかつ すまし汁 付け合せ	△シャーベット	(いわしせんべい) 米 小麦粉 パン粉 油 シャーベット	(牛乳) 豚肉	玉ねぎ なす オクラ キャベツ きゅうり 人参	塩 こしょう ソース かつお節(だし) しょうゆ マヨ・ドレ
21	木	牛乳 バナナ	ごはん とりすき風煮 みそ汁 酢の物	牛乳 パイン缶 クラッカー	米 油 砂糖 焼麩 クラッカー	鶏肉 高野豆腐 牛乳	(バナナ) 玉ねぎ ごぼう <b>糸こんにゃく</b> グリーンピース もやし えのきたけ わかめ きゅうり みかん缶 パイン缶	酒 しょうゆ かつお節(だし) みそ 酢 塩
22	金	りんごジュース チーズ	ごはん とんちゃん焼き すまし汁 オレンジ	牛乳 あられ	米 油 ごま あられ	(チーズ) 豚肉 生揚げ 牛乳	(りんごジュース) にんにく 玉ねぎ ピーマン キャベツ 人参 かいわれ オレンジ	しょうゆ みりん かつお節(だし) 塩
25	月	野菜ジュース チーズ	じゃこごはん 豚汁 お浸し	カルピス せんべい	米 砂糖 じゃがいも せんべい	(チーズ) じゃこ 豚肉 豆腐 花かつお カルピス	(野菜ジュース) 糸こんにゃく 人参 枝豆 玉ねぎ ごぼう チンゲンサイ きゅうり	しょうゆ 塩 かつお節(だし) みそ
26	火	ゼリー	ごはん 肉じゃが みそ汁 なし	牛乳 ☆茹でとうもろこし	米 じゃがいも 油 砂糖	豚肉 油揚げ 牛乳	(ゼリー) 玉ねぎ 人参 <b>糸こんにゃく</b> なす わかめ グリーンピース えのきたけ なし とうもろこし	かつお節(だし) しょうゆ みりん みそ
27	水	牛乳 ポーロ	カレーピラフ チンゲンサイスープ ツナサラダ	牛乳 △シュークリーム	(ポーロ) 米 バター シュークリーム	鶏肉 ベーコン ツナ缶 牛乳	人参 玉ねぎ ピーマン チンゲンサイ もやし キャベツ きゅうり コーン缶	コンソメの素 カレー粉 塩 こしょう マヨ・ドレ
28	木	牛乳 バナナ	ごはん 白身魚の揚げ煮 冬瓜汁 ごまみそあえ	野菜ジュース せんべい チーズ	米 片栗粉 油 砂糖 ごま せんべい	(牛乳) メルルーサ 鶏ミンチ <b>ちくわ</b> チーズ	(バナナ) とうがん ささげ 野菜ジュース	ケチャップソース みりん しょうゆ かつお節(だし) 塩 みそ
29	金	牛乳 オレンジ	ゆかりごはん すまし汁 じゃが玉の肉炒め 春雨サラダ	牛乳 ビスケット	米 じゃがいも 油 砂糖 春雨 ごま ビスケット	豚肉 <b>さつま揚げ</b> ハム 牛乳	(オレンジ) 玉ねぎ 人参 ピーマン えのきたけ あさつき キャベツ きゅうり	ゆかり しょうゆ 酒 かつお節(だし) 酢 塩
毎	土		塩むすび		米			塩

毎月19日は「食育の日」  
☆ 手作りおやつ  
△ 注文おやつ

注) マヨ・ドレ=マヨネーズ風ドレッシング  
\* 献立表は上記のように予定しておりますが、変更になる場合があります  
また、乳児については発達の状態に応じて**材料**が変更になる場合もありますのでご了承ください