

2025年度8月

●共通献立 献立表

オリーブ保育園

	月	火	水	木	金	土
献立	厳しい暑さが続いています。夏バテ予防のため、睡眠をしっかりと朝食は必ず食べてから登園しましょう。				1 麦ご飯 みそ汁(じゃがいも・玉ねぎ) ゴーヤーチャンプルー バナナ	2 うどん(豚肉) さつまいものゴマ和え ブルー
主な食材					精白米・押麦・じゃがいも・たまねぎ・葉ねぎ・沖縄豆腐・豚かた・にんじん・にがり・油・バナナ・EM牛乳・食パン・いちごジャム	うどん・豚かた0-ス・きび砂糖・焼き竹輪・にんじん・チンゲンサイ・さつまいも・さやいんげん・マヨドレ・ごま・ブルー・EM牛乳・精白米・混ぜ込みわかめ
おやつ					EM酪農牛乳、ジャムパン(食パン)	EM酪農牛乳、わかめおにぎり
献立	4 麦ご飯 みそ汁(レタス・油揚げ) 麩炒め オクラの和え物 オレンジ	5 キッズビビンバ みそ汁(冬瓜・ねぎ) へちまサラダ フルーツゼリー(巨峰)	6 麦ご飯 そうめん汁 魚のポテトクリーム焼き 春雨とチンゲン菜の炒め物	7 麦ご飯 ソーキ汁(冬瓜) 豆腐ハンバーグ オクラの梅和え パインアップル	8 ロールパン クリームシチュー(豚肉) 白菜サラダ	9 チキン照り焼き丼 みそ汁(キャベツ・しめじ) きゅうりの塩昆布あえ
主な食材	精白米・押麦・レタス・油揚げ・オクラ・たまねぎ・にんじん・焼きなす・豚かた・油・オレンジ・EM牛乳・薄力粉・きび砂糖	精白米・押麦・豚かた・にんにく・しょうが・たけのこ水・煮・乾しいたけ・ごま油・にんじん・りょうとうもやし・ほうれんそう・きび砂糖・ごま・冬瓜・葉ねぎ・へちま・まぐろ缶・トマト缶・トマト・オリーブ油・ブルーベリー(巨峰)・ジャム(マスカット)80・さつまいも	精白米・押麦・そうめん・乾しいたけ・葉ねぎ・へにぎ・米粉・油・じゃがいも・3-缶・たまねぎ・パセリ・豚かた・チンゲンサイ・しょうが・にんじん・はるさめ・ごま油・EM牛乳・強力粉・薄力粉・チーズ・青塩バター・ゴマ	精白米・押麦・豚肉ソーキ・昆布・にんじん・冬瓜・乾しいたけ・沖縄豆腐・葉ねぎ・まぐろ缶・豆乳・パン粉・油・オクラ・梅干し・かつお削り節・パインアップル・EM牛乳・スバグティ・豚ひき肉・玉ねぎ・トマト缶・パセリ・油・チーズ	ロールパン・豚かた・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・油・セロリ・さやいんげん・薄力粉・青塩バター・クリーム・牛乳・はくさい・りんご・きゅうり・きび砂糖・EM牛乳・精白米・乾しいたけ・ごまつな	精白米・押麦・鶏もも・たまねぎ・赤ピーマン・黄ピーマン・しょうが・油・キャベツ・しめじ・葉ねぎ・きゅうり・塩昆布・EM牛乳・かつおぶしかけ
おやつ	EM酪農牛乳、ちんすこう(手作り)	ジョア(マスカット)80、やさいも	EM酪農牛乳、チーズスティック	EM酪農牛乳、ペンネミート	EM酪農牛乳、ボロボロジュシー(ジャム)	EM酪農牛乳、ふりかけおにぎり
献立	11 山の日 	12 お弁当会 	13 麦ご飯 すまし汁(白菜・トマト) 魚ハンバーグ なべーらーんぶしー	14 麦ご飯 みそ汁(冬瓜・油揚げ) 鶏肉のネギ南蛮 からし菜チャンプルー 青りんごゼリー	15 お誕生日会 カレーライス(根菜) マカロニサラダ バナナ	16 沖縄そば(肉入り) おからサラダ パイン缶
主な食材		EM牛乳・クリームパン	精白米・押麦・はくさい・トマト・カットわかめ・キングクリップ・たまねぎ・鶏ひき肉・油・豆乳・パン粉・へちま・豚かた・沖縄豆腐・EM牛乳・そうめん・さば缶・にんじん・葉ねぎ	精白米・押麦・冬瓜・油揚げ・葉ねぎ・鶏もも・片栗粉・油・根菜ねぎ・しょうが・ごま油・からし菜・沖縄豆腐・にんじん・たまねぎ・豚かた・青りんごゼリー・シークワーサーソルベ・豆乳ウエハース	精白米・押麦・豚かた・鶏レバー・たまねぎ・にんじん・さつまいも・オリーブ油・しょうが・にんにく・スバグティ・きゅうり・まぐろ缶・マヨドレ・バナナ・EM牛乳・ショートケーキ	沖縄そば・なが昆布・豚かた0-ス・きび砂糖・ゆし豆腐・にんじん・葉ねぎ・おから・焼き竹輪・きゅうり・3-缶・マヨドレ・パインアップル缶・EM牛乳・精白米・塩昆布・ごま
おやつ		EM酪農牛乳、クリームパン	EM酪農牛乳、ソーメンダシャー	シークワーサーソルベ、豆乳ウエハース	EM酪農牛乳、お誕生日ケーキ	EM酪農牛乳、塩昆布おにぎり
献立	18 麦ご飯 みそ汁(麩・わか) 豚肉のしょうが焼き オクラのおかか和え 味付小魚	19 クファージュシー みそ汁(厚揚げ・水菜) まぐろカツ(ソース) モズク酢(みかん)	20 きのこスパゲティ すまし汁(オクラ・豆腐) 土佐和え パインアップル	21 ふりかけご飯 みそ汁(かぼちゃ・油揚げ) 鶏と野菜の煮物 オレンジ	22 ジャージャー丼 すまし汁(冬瓜・わか) 小松菜のゴマ和え いもチップ	23 すぎやき丼 かぼちゃサラダ チーズ10鉄分入り
主な食材	精白米・押麦・焼きなす・カットわかめ・根菜ねぎ・豚かた・たまねぎ・青ピーマン・赤ピーマン・しょうが・油・きゅうり・オクラ・かつお削り節・ゴマなしミニフィッシュ・EM牛乳・くずでん粉・豆乳・きな粉	精白米・豚かた・にんじん・刻み昆布・油・生揚げ・きょうな漬・きはくさい・豆乳・薄力粉・パン粉・もずく・きゅうり・温州みかん缶・きび砂糖・EM牛乳・青塩バター・鶏卵・にがり・バナナ	スバグティ・豚ひき肉・にんじん・たまねぎ・生しいたけ・しめじ・ぶなしめじ・青ピーマン・ごま油・焼きのり・オクラ・絹ごし豆腐・カットわかめ・きゅうり・かつお節・パインアップル・EM牛乳・米粉・豆乳・はちみつ・干しぶどう・青塩バター	精白米・押麦・かつおぶしかけ・かぼちゃ・油揚げ・根菜ねぎ・鶏もも・油・にんじん・冬瓜・さやいんげん・片栗粉・黒砂糖・強力粉・雪曹・干しぶどう・きび砂糖	精白米・押麦・豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・3-缶・しょうが・ごま油・きび砂糖・冬瓜・カットわかめ・葉ねぎ・ごまつな・りょうとうもやし・ごま・紫いも・おろし・生姜・しらす干し・油揚げ	精白米・押麦・牛かた0-ス・油・にんじん・沖縄豆腐・はくさい・しらたき・かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・3-缶・マヨドレ・型抜きチーズ10鉄分・EM牛乳・さつまいも
おやつ	EM酪農牛乳、豆乳くずもち	EM酪農牛乳、若夏ケーキ	EM酪農牛乳、米粉ホットケーキ(レーズン)	ミルージュ、黒糖カステラ	麦茶、いなり寿司	EM酪農牛乳、蒸し芋(減)
献立	25 納豆ごはん イナムドチ パパイヤリチー ブルー	26 麦ご飯 すまし汁(小松菜・えのき) ハニースパイシーチキン トマトサラダ(わか) オレンジ	27 麦ご飯 みそ汁(山東菜・豆腐) レバーのカレー揚げ 冬瓜の煮物 オレンジゼリー	28 麦ご飯 きらきらスープ(わか) 鯖の梅焼き デクニーイリチー パインアップル	29 チキンピラフ みそ汁(わか・豆腐) フルーツサラダ	30 焼きそば ゆし豆腐(ねぎ) ポテトサラダ
主な食材	精白米・押麦・糸引き納豆・かつお削り節・豚かた・大根・ゆでこんにゃく・乾しいたけ・蒸しのかぼちゃ・パパイヤ・にんじん・にら・まぐろ缶・油・ブルー・野菜ジュース・パインアップル缶・きび砂糖・豆乳	精白米・押麦・ごまつな・えのきだけ・鶏もも・はちみつ・にんにく・トマト・オクラ・カットわかめ・きび砂糖・オリーブ油・おろし・EM牛乳・かぼちゃ・米粉・片栗粉・油・豆乳	精白米・押麦・さんとうさい・沖縄豆腐・豚レバー・にんにく・鶏卵・片栗粉・油・冬瓜・にんじん・鶏もも・さやいんげん・オレンジゼリー・EM牛乳・鮭・青菜	精白米・押麦・オクラ・にんじん・絹ごし豆腐・さば・梅干し・きび砂糖・しそ・大根・豚かた・さやいんげん・ジョア(プレーン)80・油・食パン・黒砂糖・青塩バター	精白米・鶏もも・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・にんにく・油・へちま・沖縄豆腐・みかん缶・バナナ・干しぶどう・無糖ヨーグルト・EM牛乳・薄力粉・きび砂糖・はちみつ・豆乳・さつまいも	中華めん・豚かた・たまねぎ・にんじん・生しいたけ・ごま油・キャベツ・青ピーマン・ゆし豆腐・葉ねぎ・じゃがいも・きゅうり・3-缶・マヨドレ・EM牛乳・精白米・きび砂糖・みそ・味付けのり
おやつ	野菜ジュース、米粉のパインアップルケーキ	EM酪農牛乳、かぼちゃポーロ	EM酪農牛乳、鮭と青菜のおにぎり	ジョア(プレーン)80、黒糖ラスク	EM酪農牛乳、さつまいも蒸しカップ	EM酪農牛乳、みそおにぎり

※ 保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

《アレルギー食品表示を規定されている食品》

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・カシューナッツ・キウイ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの…卵、乳、小麦、そば、落花生