

2025年 8月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
				1 胚芽ご飯 豆腐の肉味噌あんかけ ヒジキとモヤシのサラダ とろろ昆布のすまし汁	2 胚芽ご飯 肉じゃが キュウリスティック しめじとワカメのすまし汁
				黒糖ケーキ 牛乳	やきいも
4 タコライス へちまのみそ汁 グレーゼリー 人参ロールパン 牛乳	5 胚芽ご飯 白身魚のコーンクリーム焼き ピーマンの細切炒め はんぺんのすまし汁 野菜スティック (SAWA) バナナ ジョア (マスカット味)	6 胚芽ご飯 ハニーチキン 切干大根サラダ ちくわとわかめのすまし汁 プリン 全粒粉クッキー むぎちゃ	7 胚芽ご飯 鱈の香味焼き 春雨サラダ アーサと豆腐のすまし汁 芋天使 牛乳	8 ロールパン 魚フライのタルタル添え キャベツサラダ コーンスープ くふあじゅー むぎちゃ	9 さかなぼろご飯 トマトとオクラの酢醤油和え キノコのすまし汁 アンパンマンせんべい
11 	12 胚芽ご飯 白身魚の磯揚げ コールスローサラダ ポテトスープ ぼーぼー 牛乳	13 胚芽ご飯 豆腐とひき肉あんかけ きゃべつ炒め かきたま汁 畑のクラッカー ブルー 豆乳	14 胚芽ご飯 鶏の味噌漬焼き 野菜とシラスの和え物 アーサとかまぼこのすまし汁 フルーツポンチ むぎちゃ	15 焼きそば アメリ-おかか和え 豆腐としめじのすまし汁 すいか ココアスティック 味付けいりこ 牛乳	16 五目ご飯 きゅうりとわかめの和え物 ゆし豆腐 はちや米
18 豚生姜焼き丼 胡瓜とツナのサラダ とろろ昆布汁 オレンジゼリー ふむふむ (甘さ控えめ) 味付けいりこ 牛乳	19 胚芽ご飯 鶏の味噌風味焼 マセドアンサラダ えのきと麩の味噌汁 アメリカンドッグ むぎちゃ	20 胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き ひじき炒め アーサ汁 オレンジ マーブルケーキ 牛乳	21 スパゲティミートソース 胡瓜とわかめの酢の物 ビーンズスープ オレンジゼリー おにぎり (お・味噌) むぎちゃ	22 胚芽ご飯 魚の西京焼き ココロソテー キノコのすまし汁 サターアングリー 牛乳	23 胚芽ご飯 豆腐ちゃんぶるー えのきとしめじの味噌汁 紫芋チップ
25 胚芽ご飯 麻婆豆腐 トマトとおくらの酢醤油和え かきたま汁 (ねぎ) ちんすこう ブルー 牛乳	26 胚芽ご飯 魚の照焼き くーびりちー 冬瓜とワケの味噌汁 黒糖くずもち 牛乳	27 胚芽ご飯 ハンバーグ 人参しりしりー ちくわと青梗菜の清し汁 ジャムサンド 牛乳	28 納豆ご飯 ゴーヤーチャンプルー イナムドッチ チューチュー ひらやーちー むぎちゃ	29 お弁当  鉄力カルシウム バナナ 豆乳	30 もずく丼 (お・お・お) キャベツサラダ 小松菜と油揚げの味噌汁 はちや米

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

公立保育所

日付	曜	材料と体内での主なはたらき			
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物	
1	金	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ 卵 普通牛乳 卵	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 おつゆ麩 三温糖 黒糖 小麦粉 無塩バター	人参 生姜 長ねぎ もやし 胡瓜 とうろ昆布 ヒジキ	
2	土	豚肉	胚芽米 もちきび 米粒麦 じゃがいも みりん 三温糖 油 焼き芋	胡瓜 玉葱 人参 グリンピース しらたき 乾燥わかめ しめじ ねぎ	
3	日				
4	月	合挽肉 プロセスチーズ 普通牛乳 沖縄豆腐 みそ 卵	精白米 油 グレープゼリー 人参ローレン	レタス トマト 人参	
5	火	ホキ 卵 卵黄用 豚肉 はんぺん ジョア(マスカット味)	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 じゃがいも 片栗粉 三温糖 野菜スティック(SAWA)	カレー缶 パセリ ピーマン 人参 もやし ねぎ パナナ	
6	水	鶏肉 卵 ちくわ	胚芽米 もちきび 米粒麦 はちみつ 白ごま 三温糖 プリン	にんにく おろし 切り干し大根 胡瓜 人参 ねぎ 乾燥わかめ	
7	木	鯖 卵 絹ごし豆腐 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 春雨 三温糖 油 さつま芋	生姜 ニンニク もやし 胡瓜 人参 もずく 干し(乾) ねぎ	
8	金	ゆで卵 卵 豚モモ肉	小麦粉 薄力粉 パン粉(乾) オリーブ油 三温糖 片栗粉 精白米	玉葱 キャベツ 胡瓜 人参 カレー缶 トマト 干し椎茸 ごぼう ねぎ	
9	土	鯖 シラス	精白米 三温糖 油 ごま油 甘辛せんべい	人参 トマト みつば 生姜 トマト オクラ 胡瓜 しめじ ねぎ えのき	
10	日				
11	月				
12	火	ホキ 卵 かつお節 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 オリーブ油 三温糖 小麦粉 じゃがいも 小麦粉 黒砂糖粉	青のり 人参 トマト 人参 玉葱	
13	水	豚挽肉 沖縄豆腐 卵 豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 片栗粉 油 畑のクラッカー	玉葱 人参 にんにく 生姜 人参 トマト えのき ねぎ ブルーン	
14	木	鶏肉 みそ シラス かまぼこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 三温糖 三温糖	角切 胡瓜 人参 干し(乾) ねぎ トマト 人参 黄桃缶 りんご 果汁	
15	金	豚肉 鶏肉 絹ごし豆腐 味付けいりこ	ゆで中華麺 油 みりん 三温糖 カル鉄スティック	人参 キャベツ 玉葱 ピーマン 青のり ニンニク 生姜 ブロッコリー 胡瓜 しめじ ねぎ スイ	
16	土	豚モモ肉 シラス ゆし豆腐 みそ	精白米 ごま油 油 三温糖 本みりん 片栗粉 白炒りゴマ <和干菓子類>おこし	人参 干しヒジキ 胡瓜 乾燥わかめ トマト ねぎ パナナ	
17	日				
18	月	豚肉 卵 鯖 卵 普通牛乳 あじつ	精白米 本みりん 油 片栗粉 オリーブ油 おつゆ麩 生クリーム グラニュー糖 オレンジゼリー	玉葱 生姜 みず菜 胡瓜 小松菜 人参 トマト とうろ昆布 みつ菜	
19	火	鶏肉 アスパラ 卵 みそ ウインナー 普通牛乳	胚芽米 米粒麦 もちきび じゃがいも 小麦粉 おつゆ麩 ホットケーキ粉	レモン アスパラ 人参 トマト えのき ねぎ	
20	水	鯖 大豆水煮 普通牛乳 スキムミルク 卵	胚芽米 米粒麦 もちきび 薄力粉 油 三温糖 本みりん 白炒りゴマ みりん 薄力粉 無塩バター 上白糖	キャベツ 人参 しらたき 干椎茸 ニラ 干し(乾) ねぎ えのき オレンジ	
21	木	合挽肉 豚肉 しらす干し ミックスピーズ パン粉 かつお節 卵 みそ	スバゲッティ(乾) 無塩バター オリーブ油 三温糖 精白米	玉葱 人参 トマト 胡瓜 トマト 乾燥わかめ 漁連おむすびのり	
22	金	鯖 みそ 鶏肉 はんぺん 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 じゃがいも 油 薄力粉 胡麻	生姜 生椎茸 ブロッコリー 人参 ねぎ しめじ えのき	
23	土	沖縄豆腐 卵 みそ	精白米 油 紫芋チップ	ねぎ もやし 人参 玉葱 キャベツ えのき しめじ	
24	日				
25	月	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ シラス 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 薄力粉 油	長ねぎ 人参 ニラ 生姜 ニンニク トマト 角切 胡瓜 長ねぎ ブルーン	
26	火	ホキ 豚肉 みそ 豆乳 普通牛乳 きなこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 みりん サラダ油 油 三温糖 タピオカ粉 芋くす粉 黒糖	生姜 刻み昆布 干椎茸 こんにやく 人参 ニラ 冬瓜 干し椎	
27	水	合挽肉 卵 ちくわ 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 三温糖 食パン いちごジャム	玉葱 人参 トマト テンゲンサイ ブルーン	
28	木	挽きわり納豆 卵 かまぼこ 豚肉 卵 卵 みそ	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 薄力粉	ブンセンアラのり 人参 もやし 干椎茸 こんにやく 生姜 ねぎ ニラ	
29	金	豆乳	鉄カルシウム(三育)	バナナ	
30	土	豚挽肉 卵 みそ 油揚げ	精白米 三温糖 おつゆ麩 ごま油 オリーブオイル <和干菓子類>おこし	もずく トマト コーン 人参 生姜 キャベツ セロリ 小松菜	
31	日				

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。