



令和7年 8月

幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
1	金	雑穀御飯 茄子と豚肉の味噌炒め ハニートマト アーサ汁 オレンジ	ジャムサンド ミルク	米 もちぎび 押麦 はちみつ 食パン ブルーベリージャム	豚肉 乾燥あおさ かつお節 ミルク	茄子 人参 玉葱 ピーマン トマト パセリ えのき オレンジ	たんぱく質と野菜が 一緒に摂れる みそ炒め！ ご飯がすすみます
2	土	雑穀御飯 パンフキンシチュー 野菜サラダ わかめのすまし汁 グレープフルーツ	焼き芋 豆乳	米 もちぎび 押麦 じゃが芋 さつま芋	鶏もも肉 鶏レバー スキムミルク わかめ かつお節 調製豆乳	玉葱 人参 南瓜 しめじ レタス 胡瓜 トマト グレープフルーツ	パンフキンシチュー の中にスキムミルク を入れてカルシウム 強化です
4	月	和風そぼろ丼 おくらのおかか和え 冬瓜のすりながし汁 バナナ	固形ヨーグルト カルシウムウエハース 小魚	米 カルシウムウエハース	きざみのり 沖縄豆腐 豚挽き肉 糸削り節 かつお節 煮干し 固形ヨーグルト カエリ	いんげん 乾燥椎茸 人参 生姜 オクラ 冬瓜 ねぎ バナナ	冬瓜のすりながし汁 のどごしがよくて 月曜日にいい感じの 汁物です
5	火	沖縄そば モーウィ和え物 すいか	ふりかけおにぎり 小魚	ゆで沖縄そば 米	豚三枚肉 ちき揚げ かつお節 ツナ缶 カエリ	ねぎ モーウィ 胡瓜 人参 すいか	モーウィのコリコリ した食感を感じて 食べてね！
6	水	ポークケチャップライス 胡瓜とみかんの和え物 チーズ 鶏肉とキャベツのみそ汁 バナナ	ドーナッツ ミルク	米	豚肉 わかめ プロセスチーズ 鶏もも肉 鶏レバー かつお節 煮干し ミルク	にんにく 玉葱 マッシュルームｽﾀｲﾌﾞ缶 グリーンピース冷 胡瓜 みかん缶 キャベツ 人参 バナナ	味噌汁は汁まで飲むと 具材の栄養を余すこと なく摂取できる 優れたもの！
7	木	雑穀御飯 チキンカツ 冬瓜のウブサー きのこの味噌汁 グレープフルーツ	ぜんざい せんべい	米 もちぎび 押麦 小麦粉 パン粉 黒糖 さつま芋 カルシウムせんべい	鶏むね肉 卵 豚肉 沖縄豆腐 かつお節 煮干し 金時豆	にんにく 冬瓜 人参 にら 玉葱 えのき 舞茸 グレープフルーツ	夏野菜の瓜類は 体の熱を下げて くれます
8	金	クファージュシー 魚天ぷら 大根の梅和え ゆし豆腐汁 オレンジ	ゴーヤーケーキ ミルク	米 小麦粉	豚肉 ひじき 白身魚 卵 糸削り節 ゆし豆腐 かつお節 ミルク	乾燥椎茸 人参 ねぎ 大根 胡瓜 梅干し オレンジ バナナ ゴーヤー	緑色のきれいな ゴーヤーケーキ 若夏ケーキとも 言われています
9	土						
12	火	ポークハヤシライス 大根サラダ コーンと卵のスープ ブルー	サーターアンダギー 豆乳	米 小麦粉 黒糖	豚肉 豚レバー スキムミルク 卵 ベーコン かつお節 調製豆乳	にんにく 玉葱 人参 マッシュルームｽﾀｲﾌﾞ缶 えのき トマト缶 大根 胡瓜 ホールコーン缶 貝割れ大根 ブルーン	沖縄のお菓子 サーターアンダギー 子供たちに伝えて いきたいですね
13	水	雑穀御飯 納豆削り和え 魚のゆうあん焼き クーフイリチー 厚揚げときのこの味噌汁 すいか	ポテトフライ ミルク	米 もちぎび 押麦 黒糖 じゃが芋	納豆 糸削り節 白身魚 刻み昆布 豚バラ肉 厚揚げ豆腐 かつお節 煮干し ミルク	シークワーサー果汁 切干し大根 人参 乾燥椎茸 小松菜 しめじ すいか	ゆうあん焼きは 照り焼き味に 柑橘系の香りが プラスした爽やかな 夏にぴったりの 料理です
14	木	雑穀御飯 豚肉生姜焼き もやしの和え物 わかめの味噌汁 バナナ	オートミールクッキー 小魚 豆乳	米 もちぎび 押麦 オートミール 小麦粉	豚肉 かに風味かまぼこ わかめ かつお節 煮干し 卵 カエリ 調製豆乳	生姜 人参 玉葱 ピーマン 胡瓜 もやし えのき ねぎ バナナ レーズン クランベリードライ	オートミールは 食物繊維やビタミン ミネラルが豊富です 今日はクッキーに 使ってみました
15	金	雑穀御飯 鯖塩焼き ラタトゥイユ ほうれん草のみそ汁 オレンジ	アイスクリーム せんべい	米 もちぎび 押麦 アイスクリーム カルシウムせんべい	さば 白身魚 鶏もも肉 卵 かつお節 煮干し	生姜 茄子 玉葱 ピーマン 黄ピーマン トマト にんにく ほうれん草 オレンジ	ラタトゥイユは 夏野菜のトマト 炒め煮みたいなき 夏野菜を食べて元氣 に過ごしましょう
16	土	島焼きそば スティック胡瓜 大根の味噌汁 ブルー	スティックパン 小魚 ココア	ゆで沖縄そば スティックパン	鶏もも肉 かまぼこ かつお節 煮干し カエリ ミルク	キャベツ 人参 玉葱 しめじ バクチョイ 胡瓜 大根 生しいたけ ねぎ ブルーン	野菜たっぷりの 島焼きそば！ ケチャップ味は 子供たちが食べやす くていいですね

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。





令和7年 8月

幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
18	月	カレーチャーハン シルバーサラダ チーズ へちまの味噌汁 バナナ	ぶどうゼリー 小魚 ウエハース	米 春雨 マヨネーズ ぶどうジュース 鉄強化ウエハース	卵 豚挽き肉 カエリ 鶏ひき肉 ツナ缶 かに風味かまぼこ プロセスチーズ 沖縄豆腐 豚肉 かつお節 煮干し	にんにく 玉葱 人参 ピーマン 胡瓜 へちま にら パナナ	暑い夏は カレー味の チャーハンを食べ て元気いっぱい！
19	火	冷やしうどん オクラとトマトの酢の物 パインアップル	ひじき佃煮のおにぎり 小魚 豆乳	うどん 米 白ごま	鶏もも肉 茹で卵 きざみのり わかめ 糸削り節 ひじき カエリ 調製豆乳	大根 トマト 生姜 オクラ パイン缶 パインアップル 生	オクラは水溶性の 食物繊維が豊富 免疫力アップや 夏バテ予防に食べて みてね
20	水	雑穀御飯 鮭のムニエル ゴーヤーちゃんぶるー 冬瓜の味噌汁 メロン	きなこクッキー ミルク	米 もちぎび 押麦 小麦粉 白ごま	鮭 豚肉 卵 沖縄豆腐 かつお節 煮干し きなこ ミルク	パセリ ゴーヤー 玉葱 人参 冬瓜 ねぎ メロン	保育園のゴーヤー チャンプルーは 玉ねぎも人参も 入って甘味があります
21	木	雑穀御飯 油味噌 大根ウブシー フルーツもずく酢 アーサの味噌汁 ブルー	シークワサーラッ シー シナモンラスク 小魚	米 もちぎび 押麦 食パン	豚バラ肉 豚肉 厚揚げ豆腐 牛乳 おきなわもずく 乾燥あおさ かつお節 煮干し カエリ プレーンヨーグルト	大根 人参 冷) いんげん レモン果汁 胡瓜 みかん缶 ねぎ ブルー シークワサー果汁	もずく酢に 果物？ 意外と人気の献立です
22	金	雑穀御飯 おくら納豆 魚の南蛮漬け 南瓜のそぼろ炒め もやしの味噌汁 バナナ	簡単レーズンスコー ン ミルク	米 もちぎび 押麦 小麦粉 生クリーム ホットケーキミックス	挽きわり納豆 糸削り節 白身魚 合挽き肉 かつお節 煮干し 牛乳 ミルク	オクラ 玉葱 胡瓜 黄ピーマン 人参 生姜 南瓜 もやし ねぎ パナナ レーズン	南蛮漬けは 魚以外に、鶏肉、豚肉 を使っても美味しい ですよ
23	土	スタミナ丼 胡瓜としらすの和え物 じゃが芋と玉葱の味噌汁 グレープフルーツ	ジャムサンド 豆乳	米 じゃが芋 食パン いちごジャム	豚肉 豚レバー わかめ しらす干し かつお節 煮干し 調製豆乳	玉葱 人参 もやし しめじ にんにく にら 胡瓜 ねぎ グレープフルーツ	豚肉とたっぷりの 野菜を使った スタミナ丼！ 暑い夏をのりきり しましょう！
25	月	タコライス モーウィ和え物 かき卵のすまし汁 グレープフルーツ	ピーチケーキ ミルク	米 小麦粉	合挽き肉 ボイル大豆 ピザチーズ ツナ缶 卵 かつお節 プレーンヨーグルト ミルク	にんにく 玉葱 トマト缶 レタス トマト モーウィ 胡瓜 人参 乾燥椎茸 ねぎ グレープフルーツ 黄桃缶	タコライスの ミートに漬した 大豆を入れて 脂肪分は減って 蛋白質は多くなって います
26	火	冷やし中華 ちくわの磯天ぷら バナナ	みそおにぎり 豆乳	茹で中華めん 白ごま 小麦粉 米	鶏むね肉 卵 かつお節 煮干し ちくわ 白身魚 青のり粉 ツナ缶 きざみのり 調製豆乳	胡瓜 もやし トマト レモン果汁 パナナ	今日の給食は 緑の仲間が不足です 夕食は野菜料理で お願いします
27	水	雑穀御飯 魚のタルタルパン粉焼き 夏野菜炒め 豆腐とパ ｸﾞョイの味噌汁 ブルー	夏のフルーツボンチ ビスケット 小魚	米 もちぎび 押麦 マヨネーズ パン粉 ぶどうジュース アセロラジュース ビスコ	白身魚 ベーコン 沖縄豆腐 かつお節 煮干し カエリ	らっきょう 甘酢漬 キャベツ 茄子 赤ピーマン オクラ ヤングコーン缶 すいか パｸﾞョイ ブルー パイン缶 パナナ	魚のパン粉焼きの サクサクとした 食感を感じながら 食べましょう
28	木	お弁当会 					お弁当・お弁当 うれしいな〜♪
29	金	チキンと夏野菜のカレー 野菜サラダ わかめのすまし汁 オレンジ	もずくかき揚げ 小魚 ミルク	米 じゃが芋 小麦粉	鶏もも肉 鶏レバー スキムミルク わかめ かつお節 おきなわもずく 卵 カエリ ミルク	にんにく 生姜 玉葱 人参 冬瓜 南瓜 ピーマン トマト缶 レタス ゴーヤー パイン缶 オレンジ	夏野菜カレーを 食べて元気いっぱい 夏バテしらす！
30	土	マーボー豆腐丼 大根酢の物 麩の味噌汁 バナナ	あんぱん 豆乳	米 ふ あんパン	豚挽き肉 沖縄豆腐 なると かつお節 煮干し 調製豆乳	にんにく 玉葱 乾燥椎茸 大根 グリーンピース冷 胡瓜 人参 ねぎ パナナ	豆腐、ひき肉、野菜を 使って作るマーボー豆腐 は、バランスの取れた 栄養が摂れます

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

