



★は楽しみメニュー

2025年8月度 弁天こども園 幼児食メニュー



*そば・落花生の入った食材は使用しておりません。

日 曜 日	風食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
		主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1 金	パエリア風 とうもろこし揚げ スープ フルーツ (バナナ)	ベーコン	ピーマン・赤パプリカ・玉ねぎ コーン 人参・ドライパセリ バナナ	米・オリーブ油 小麦粉・片栗粉・油 じゃが芋	チキンコンソメ・塩・カレーパウダー 塩 チキンコンソメ	マシュマロサンド 牛乳	マシュマロ クラッカー 牛乳
2 土	ツナチャーハン 平天となすの甘辛煮 中華スープ	ツナフレーク さつま揚げ	玉ねぎ・チンゲン菜 なす・人参 キャベツ・しめじ	米・油 砂糖	中華だし・塩・醤油 だし・醤油・本みりん・料理酒 中華だし・醤油・塩	アンパンマンのソフトせん だべっ子ベイベービスケット 牛乳	ソフトせんべい だべっ子ベイベービスケット 牛乳
4 月	肉じゃが 小松菜と白菜のおかか和え ごはん すまし汁	牛肉 かつお節 豆腐	玉ねぎ・人参・グリーンピース 小松菜・白菜・人参 しめじ	じゃが芋・糸こんにゃく・油・砂糖 米	だし・本みりん・料理酒・醤油 醤油・本みりん・だし だし・醤油・塩	今川焼 牛乳	今川焼 牛乳
5 火	赤魚の唐揚げ ほうれん草ともやしのごま和え ごはん すまし汁 フルーツ (バナナ)	赤魚 油揚げ	しょうが ほうれん草・緑豆もやし・人参 バナナ	小麦粉・片栗粉・油 白ごま 米 そうめん	醤油・料理酒 醤油・本みりん・和風だし だし・醤油・塩	フレンチトースト 牛乳	食パン・卵・砂糖 低脂肪乳・油 牛乳
6 水	◆郷土料理◆ チキンチキンごぼう (山口) 春雨サラダ ごはん 味噌汁	鶏肉 ハム 味噌	ごぼう・さいいんげん きゅうり・人参・コーン 玉ねぎ・小松菜	片栗粉・油・砂糖 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖 米	料理酒・塩・醤油・本みりん 酢・醤油 だし	いちごクラッシュゼリー 牛乳	いちごゼリーの素 ホイップクリーム ※① (ホイップクリームなし) 牛乳
7 木	ピピンバ丼 かぼちゃのバター焼 たまごスープ フルーツ (スイカ)	豚肉 卵	チンゲン菜・緑豆もやし・人参 かぼちゃ キャベツ・わかめ ずいか	米・油・白ごま・調合ごま油・砂糖 バター	焼肉のたれ・醤油・本みりん・中華だし・酢 中華だし・醤油・塩	メロンパン 牛乳	メロンパン 牛乳
8 金	棒々鶏 (蒸し鶏のごまだれかけ) 切干大根の中華和え ごはん かき玉味噌汁	鶏肉 卵・豆腐・味噌	太もやし・きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ 切干大根・小松菜・人参 白菜	ごまドレッシング 砂糖・調合ごま油 米	料理酒・塩 醤油 だし	アメリカンドッグ 牛乳	ホットケーキミックス・低脂肪乳 ポークウィンナー・油 牛乳
9 土	チャンポンうどん 焼さつま芋 ほうれん草のごま和え	豚肉・ちくわ	玉ねぎ・人参・緑豆もやし・キャベツ・だし昆布 ほうれん草・えのきたけ	うどん・油 さつま芋・油 白ごま	塩・中華だし・だし・醤油・本みりん 塩 醤油・本みりん・だし	ミニアスバラビスケット せんべい (ばりんこ) 牛乳	アスバラガスビスケット ばりんこ 牛乳
12 火	ハムとコーンのピラフ ツナとブロッコリーのサラダ スープ フルーツ (オレンジ)	ハム ツナフレーク	玉ねぎ・ピーマン・コーン ブロッコリー・人参 キャベツ・わかめ オレンジ	米・油 マヨドレ	チキンコンソメ・塩 塩 チキンコンソメ	きなこドーナツ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・豆腐 砂糖・油・きな粉 牛乳
13 水	三色丼 ひじき豆 味噌汁 フルーツ (バナナ)	鶏豚ひき肉・卵 大豆 油揚げ・味噌	ほうれん草 ひじき・人参 白菜 バナナ	米・砂糖・油 つきこんにゃく・砂糖	醤油・本みりん・塩・だし 醤油・本みりん・だし だし	水ようかん 牛乳	寒天・こしあん 塩 牛乳
14 木	チキンカレー 野菜サラダ フルーツ (オレンジ)	鶏肉	玉ねぎ・人参 キャベツ・コーン・オクラ・赤パプリカ オレンジ	米・じゃが芋・油 油・砂糖	カレーウ 酢・醤油	ウエハース ハッピーターン 牛乳	パニラウエハース ハッピーターン 牛乳
15 金	お弁当日					パンケーキ (きなこ黒蜜) 牛乳	パンケーキ (きなこ黒蜜) 牛乳
16 土	きつねうどん ちくわと白菜の梅風味和え じゃが芋の旨煮	油揚げ ちくわ	わかめ・ほうれん草・だし昆布 白菜・人参・練り梅	うどん・砂糖 じゃが芋・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし 醤油・本みりん・だし	やわらかおかき 星だべよ 牛乳	やわらかおかき (きな粉味) 星だべよ 牛乳

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
			主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの		献立	材料
18	月	高野豆腐のそぼろ丼 味噌かぼちゃ すまし汁 フルーツ (オレンジ)	凍り豆腐・豚ひき肉・卵 味噌 	玉ねぎ・人参・しょうが・さやいんげん かぼちゃ ほうれん草 オレンジ	米・油・砂糖・片栗粉 砂糖 おつゆ麩	醤油・料理酒・だし 本みりん だし・醤油・塩	ムーンライトクッキー おとっと 牛乳	ムーンライトクッキー おとっと(うす塩味) 牛乳
19	火	鶏肉の唐揚げ ちくわと白菜のごま和え ごはん 味噌汁	鶏肉 ちくわ 味噌 	しょうが 人参・白菜 大根・しめじ	小麦粉・片栗粉・油 白ごま 米	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	シュガーパイ 牛乳	パイシート・卵 グラニュー糖 牛乳
20	水	サラダ冷麺 さつま芋のバター醤油煮 フルーツ (スイカ)	鶏糸卵・ツナフレーク	きゅうり・トマト ずいか	焼きそば用麺・油・ごまドレッシング・砂糖 さつま芋・砂糖・バター	冷やし中華の素 醤油	ミニ焼豚チャーハン 牛乳	米・焼豚・玉ねぎ・ピーマン 油・中華だし・塩・醤油 牛乳
21	木	厚揚げチャンプルー ちくわのあおさ焼 ごはん 中華スープ	豚肉・生揚げ・卵 ちくわ	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・しょうが あおさのり ほうれん草・コーン	油・砂糖・調合ごま油 油・砂糖 米	醤油・中華だし・料理酒・塩 醤油・本みりん 中華だし・醤油・塩	ゼリー 牛乳	マスカットゼリー 牛乳
22	金	サバの甘辛焼 昆布イリチー ごはん 味噌汁 フルーツ (オレンジ)	さば 味噌 	しょうが 細切昆布・切干大根・干しいたけ・人参・さやいんげん 玉ねぎ オレンジ	砂糖・油 油・砂糖 米 じゃが芋	醤油・料理酒 醤油・本みりん・だし だし	レーズンマフィン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・バター 卵・低脂肪乳・レーズン 牛乳
23	土	中華丼 油揚げと小松菜の煮浸し 中華スープ	豚肉 油揚げ 	白菜・玉ねぎ・人参・さやえんどう 緑豆もやし・小松菜 わかめ・キャベツ	米・油・片栗粉 砂糖	中華だし・醤油・塩 醤油・本みりん・だし 中華だし・醤油・塩	たべっこベイビービスケット せんべい (ばりんこ) 牛乳	たべっこベイビービスケット せんべい (ばりんこ) 牛乳
25	月	牛肉とごぼうの柳川風煮 ほうれん草とキャベツのおかか和え ごはん 味噌汁	牛肉・卵 かつお節 油揚げ・味噌 	ごぼう・人参・さやえんどう ほうれん草・キャベツ 大根・しめじ	つきこんやく・砂糖 米	だし・醤油・本みりん 醤油・本みりん・だし だし	フルーツポンチ 牛乳	寒天・砂糖・バイン缶 みかん缶・黄桃缶 牛乳
26	火	サワラの竜田揚げ ベーコンと野菜のソテー ごはん すまし汁	さわら ベーコン 豆腐 	しょうが 緑豆もやし・人参・ピーマン 小松菜	砂糖・片栗粉・油 油 米	醤油・料理酒 チキンコンソメ だし・醤油・塩	ハッピーターン アンパンマン幼児用ビスケット 牛乳	ハッピーターン 幼児用ビスケット 牛乳
27	水	豚肉と野菜のケチャップ炒め スパゲティサラダ ごはん 味噌汁	豚肉 味噌 	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ きゅうり・コーン わかめ	油・砂糖 スパゲティ・オリーブ油・マヨドレ 米 じゃが芋	トマトケチャップ・醤油・本みりん・料理酒 塩 だし	ミニポテトあおさ味 牛乳	ミニポテト・油 塩・あおさのり 牛乳
28	木	麻婆丼 平天と切干大根の中華和え わかめスープ フルーツ (バナナ)	豆腐・鶏豚ひき肉・味噌 さつま揚げ 	しょうが・玉ねぎ 切干大根・きゅうり・人参 わかめ・えのきだけ バナナ	米・油・砂糖・片栗粉 砂糖・調合ごま油 白ごま	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油 中華だし・醤油・塩	ドームケーキ 牛乳	ドームケーキ(19ド) 牛乳
29	金	★お誕生日メニュー★ チキン南蛮 マカロニのケチャップソテー レーズンロールパン スープ ヤクルト	鶏肉・卵 	玉ねぎ・ドライパセリ コーン・ピーマン 人参・小松菜	片栗粉・油・砂糖・マヨネーズ マカロニ・油 レーズンロールパン 乳酸菌飲料 (ヤクルト) ※② (ヤクルトなし)	塩・料理酒・酢・醤油 チキンコンソメ・トマトケチャップ チキンコンソメ	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・バター 卵・砂糖・ホイップクリーム ※③ (ホイップクリームなし) 牛乳
30	土	豚肉ときのこのうどん さつま芋の甘煮 チンゲン菜と白菜の和え物 	豚肉	しめじ・えのきだけ・わかめ・だし昆布 チンゲン菜・白菜・人参	うどん さつま芋・砂糖	だし・醤油・本みりん・塩 醤油・本みりん・だし	満月ぼん ミニアスパラビスケット 牛乳	満月ボン アスパラガスビスケット 牛乳

3歳以上 栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
	525kcal	18.5g	17.9g	223mg

*材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
*未摂取の食材がある場合は、給食提供日までにお家で複数回食べ進めてください。
給食で初めて食べることがないようにお願いいたします。

※①②③ () は、0、1歳児です。