



8月献立表



品川学藝保育園

2025年

曜日	日付			昼食	材料名(量)				おやつ(午前)		おやつ(午後)		栄養価
					主にからだをつくるもの	主にからだの働きを助けるもの	主に歯やかみことになるもの	調味料	献立	献立	材料		
金	1	15	29	豚肉と夏野菜の味噌炒め マカロニサラダ ごはん すまし汁 麦茶	豚肉・赤みそ ツナフレーク 豆腐	玉ねぎ・人参・ピーマン・なす・しょうが きゅうり・人参 わかめ	油・砂糖 マカロニ・オリーブ油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	醤油・本みりん だし・醤油・塩 麦茶	牛乳	ブルーベリー蒸しパン オレンジ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 牛乳・油・ブルーベリージャム オレンジ 牛乳	エ 542 kcal た 19.8 g 脂 20.7 g Ca 284 mg 塩 1.4 g	
土	2	16	30	スタミナ焼肉丼 もやしと小松菜のおかか和え 味噌汁 麦茶	豚肉 ちくわ・かつお節 油揚げ・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン 小松菜・もやし	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 里芋	醤油・みりん風調味料・料理酒 醤油 だし 麦茶	牛乳	さつま芋きんとん パン 牛乳	さつま芋・砂糖 塩・本みりん パイナップル 牛乳	エ 553 kcal た 21.2 g 脂 16.1 g Ca 313 mg 塩 1.3 g	
月	4	18		ハヤシライス ブロッコリーサラダ スープ 麦茶	豚肉	玉ねぎ・人参・しめじ ブロッコリー・きゅうり・人参・コーン わかめ・白菜	米(国産)・油 オリーブ油・砂糖	ハヤシフレーク・トマトケチャップ 酢・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	豆腐のふんわりクッキー オレンジ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆腐 オレンジ 牛乳	エ 542 kcal た 16.7 g 脂 16.5 g Ca 157 mg 塩 2.0 g	
火	5	19		冷やし中華 冷やし野菜 型抜きチーズ 麦茶	ツナフレーク チーズ	もやし・コーン・わかめ トマト・きゅうり	ラーメン・調合ごま油 砂糖・調合ごま油	つゆ 酢・醤油 麦茶	牛乳	焼肉ごはん バナナ 牛乳	米(国産)・豚肉・玉ねぎ・人参・にんにく・調合ごま油 砂糖・醤油・本みりん・料理酒・白ごま バナナ 牛乳	エ 506 kcal た 22.3 g 脂 16.5 g Ca 335 mg 塩 1.9 g	
水	6	20		白身魚のムニエル かぼちゃのそぼろ煮 ごはん 味噌汁 麦茶	たら 鶏ひき肉 赤みそ・白みそ	かぼちゃ ほうれん草・エリンギ・玉ねぎ	小麦粉・バター・油 油・砂糖 米(国産)	塩・トマトケチャップ 醤油・本みりん・料理酒・だし だし 麦茶	牛乳	ぶどうかん オレンジ 牛乳	寒天・ぶどうジュース 砂糖 オレンジ 牛乳	エ 416 kcal た 20.1 g 脂 10.5 g Ca 270 mg 塩 1.4 g	
木	7	21		ボークチャップ コールスローサラダ レーズンロールパン スープ 麦茶	豚肉	玉ねぎ・人参・ピーマン・しめじ・しょうが キャベツ・きゅうり・コーン・人参 豆苗	小麦粉・油・砂糖 砂糖・油 レーズンロールパン さつま芋	トマトケチャップ・ウスターソース・コンソメ 酢・醤油 コンソメ 麦茶	牛乳	ごま塩おにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・白ごま 塩 バナナ 牛乳	エ 540 kcal た 21.6 g 脂 18.9 g Ca 259 mg 塩 1.5 g	
金	8	22		鶏肉の味噌照焼 ひじきと厚揚げの煮物 ごはん すまし汁 麦茶	鶏肉・白みそ 生揚げ	ひじき・人参・さやいんげん 玉ねぎ・オクラ	砂糖・油 砂糖 米(国産) そうめん	本みりん・料理酒 だし・醤油・料理酒 だし・醤油・塩 麦茶	牛乳	スイートポテトトースト オレンジ 牛乳	食パン・さつま芋・砂糖 バター・牛乳・黒ごま オレンジ 牛乳	エ 530 kcal た 24.0 g 脂 16.0 g Ca 302 mg 塩 2.1 g	
土	9	23		豚肉うどん 焼さつま芋 ブロッコリーのしらす和え 麦茶	豚肉 しらす	玉ねぎ・人参・ほうれん草・だし昆布 ブロッコリー	うどん・砂糖 さつま芋・油	だし・醤油・本みりん・料理酒・塩 醤油 麦茶	牛乳	焼おにぎり バナナ 牛乳	米(国産)・油 醤油・本みりん バナナ 牛乳	エ 543 kcal た 22.1 g 脂 14.5 g Ca 323 mg 塩 1.9 g	
月		25		さけのおおさ焼 ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌けんちん汁 麦茶	さけ 納豆 豆腐・赤みそ・白みそ	あおさのり ほうれん草・人参 大根・人参・さやいんげん	砂糖・小麦粉・油 米(国産) 里芋	醤油・本みりん 醤油 だし 麦茶	牛乳	フライドポテト オレンジ 牛乳	ポテトフライ・油 塩 オレンジ 牛乳	エ 497 kcal た 20.7 g 脂 18.1 g Ca 279 mg 塩 1.4 g	
火	12	26		カレーうどん 青のりポテト ブロッコリーのおかか和え 麦茶	豚肉・油揚げ かつお節	玉ねぎ・人参・さやえんどう・だし昆布 あおさのり ブロッコリー・人参	うどん・砂糖 じゃが芋・油	だし・醤油・カレーフレーク 塩 醤油 麦茶	牛乳	わかめおにぎり パン(26日はバナナ) 牛乳	米(国産) わかめご飯の素 パイナップル 牛乳	エ 510 kcal た 21.3 g 脂 14.4 g Ca 293 mg 塩 1.6 g	
水	13	27		豚丼 ビーフンサラダ ごはん 味噌汁 麦茶	豚肉 ツナフレーク 油揚げ・赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 人参・きゅうり・コーン オクラ	米(国産)・砂糖・でん粉 ビーフン・調合ごま油 米(国産) 里芋	だし・醤油・本みりん・料理酒 醤油 だし 麦茶	牛乳	お麩のきなこラスク 梨 牛乳	おつゆ麩・バター 砂糖・きな粉 梨 牛乳	エ 566 kcal た 23.3 g 脂 19.0 g Ca 278 mg 塩 1.0 g	
木	14	28		ピザ風チキン 温野菜サラダ ロールパン スープ 麦茶	鶏肉・ミックスチーズ	ピーマン・トマト ブロッコリー・人参 もやし・わかめ・しめじ	油 じゃが芋 バターロールパン	トマトケチャップ 塩 コンソメ 麦茶	牛乳	いちごジャムヨーグルト バナナ りんごジュース	いちごジャム・ヨーグルト 砂糖 バナナ りんごジュース	エ 397 kcal た 20.6 g 脂 12.0 g Ca 266 mg 塩 1.7 g	

栄養価の平均 エネルギー(エ) 516kcal たんぱく質(た) 21.1g 脂質(脂) 16.2g カルシウム(Ca) 281mg 食塩相当量(食塩) 1.6g

★発注の都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

★保育園での食事が安全に摂れるよう、お子さんが食べたことのない食品はご家庭でお試し下さいませよう、ご協力のごようしくお願いいたします。