



献立表



2025年8月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 金	昼食	ごはん 鮭のきじ焼き 切干し大根の旨煮 ブロッコリーのドレッシング和え 豆腐とわかめのすまし汁 フルーツ	米 ごま 砂糖 和風ドレッシング	さけ うすあげ 木綿豆腐	ねぎ にんじん、切り干しだいこん ブロッコリー、キャベツ、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 野菜カステラ	小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、マーガリン	牛乳 卵		
2 土	昼食	焼き鳥丼 じゃがいものおかか焼き 小松菜のナムル たまねぎのすまし汁 フルーツ	米、砂糖 じゃがいも ごま油	鶏もも肉 糸かつお	たまねぎ、白ねぎ、のり こまつな、もやし、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ	しょうゆ、酒、みりん しょうゆ、みりん 中華だし だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
4 月	昼食	ごはん 鯖の香味焼き 五目煮 ほうれん草のおかか和え えのきと卵の味噌汁 フルーツ	米 ごま 砂糖 砂糖 じゃがいも	さば（0歳児クラスはたい） 鶏肉、大豆 糸かつお みそ、卵	しそ、レモン果汁 にんじん、だいこん、れんこん もやし、ほうれん草、にんじん たまねぎ、えのき バナナ	しょうゆ だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 きなこ揚げパン	食パン、バター、砂糖	牛乳 きな粉		
5 火	昼食	夏野菜ポークカレー じゃがいものマヨネーズ焼き ブロッコリーのツナサラダ フルーツ	米 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	豚肉、大豆 チーズ ツナ缶	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、なす ブロッコリー、にんじん、きゅうり オレンジ	カレールウ ノンオイル和風ドレッシング オレンジ
	午後おやつ	牛乳 たまごサンド	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵		塩
6 水	昼食	ごはん 照り焼きチキン キャベツのソテー マカロニサラダ オニオンスープ フルーツ	米 オリーブ油、砂糖 スパゲティ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） じゃがいも	鶏もも肉 ハム	 キャベツ、こまつな、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、はくさい、にんじん グレープフルーツビー（0・1歳児クラスはバナナ）	しょうゆ、みりん しょうゆ 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃスコーン	ホットケーキミックス、バター	牛乳	かぼちゃ	
7 木	昼食	ごはん 鮭の漬け焼き きんぴらごぼう きゅうりとわかめの酢の物 しめじの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、ごま油、ごま 砂糖	さけ 木綿豆腐、みそ	 ごぼう、れんこん、にんじん きゅうり、キャベツ、わかめ たまねぎ、はくさい、しめじ オレンジ	しょうゆ、みりん、ケチャップ しょうゆ 酢、塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 フルーツヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	バナナ、もも	
8 金	昼食	ごはん 鯖の西京焼き 厚揚げの煮物 小松菜のゆかり和え はくさいのスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖 ごま油	さわら、みそ 厚揚げ 卵	 たまねぎ、にんじん こまつな、キャベツ、コーン はくさい、ねぎ、しいたけ バナナ	酒、みりん だし汁、しょうゆ ゆかり 中華だし、酒
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、牛乳		
9 土	昼食	鶏五目うどん かぼちゃの甘辛焼き ブロッコリーの和え物 フルーツ	うどん 砂糖、油	鶏肉、うすあげ 糸かつお	たまねぎ、にんじん、ねぎ かぼちゃ ブロッコリー、もやし	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
12 火	昼食	ごはん 鮭のボン酢焼き ちくわの磯辺揚げ キャベツとひじきのツナマヨ和え 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 ごま油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、砂糖	さけ ちくわ ツナ缶 木綿豆腐、みそ	あおのり キャベツ、にんじん、ひじき たまねぎ、にんじん、しめじ バナナ	ぼん酢 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 バームクーヘン	砂糖、小麦粉、マーガリン、コーンスターチ	牛乳 卵		
13 水	昼食	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き ツナパスタ キャベツの磯和え じゃがいものスープ フルーツ	米 ごま、砂糖 スパゲティ、砂糖、オリーブ油 じゃがいも	鶏もも肉、みそ ツナ缶	たまねぎ、えのき、しそ ほうれん草、キャベツ、にんじん、のり たまねぎ、にんじん バナナ	みりん、しょうゆ しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん 中華だし
	午後おやつ	牛乳 バターケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵		ベーキングパウダー
14 木	昼食	マーボー丼 さつまいものレモン煮	米、片栗粉、砂糖、ごま油 さつまいも、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、赤みそ	たまねぎ、グリーンピース レモン果汁	ケチャップ、中華だし、おろししょうが

		ブロッコリーのナムル 卵の中華スープ フルーツ	ごま油	卵	ブロッコリー、にんじん、塩こんぶ はくさい、たまねぎ オレンジ	中華だし
	午後おやつ	牛乳 キャロットケーキ	ホットケーキミックス、バター、砂糖	牛乳 卵	にんじんジュース、マーマレード	
15金	昼食	ごはん ★夏野菜オムレツ 青のりポテト れんこんのじゃこサラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	卵、ツナ缶 しらす干し みそ	トマト、たまねぎ、しめじ、ズッキーニ あおのり ブロッコリー、れんこん かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ グレープフルーツピール(0・1歳児クラスはバナナ)	ケチャップ、中華だし 塩 ノンオイル和風ドレッシング だし汁
	午後おやつ	牛乳 北海道ミルクパン	小麦粉、マーガリン、砂糖、ショートニング	牛乳 卵		塩
16土	昼食	そばめし 厚揚げのねぎ焼き ブロッコリーのゆかり和え わかめスープ フルーツ	米、焼きそばめん、油	豚肉 厚揚げ	たまねぎ、キャベツ、にんじん ねぎ ブロッコリー、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ	焼きそばソース しょうゆ、みりん ゆかり 中華だし、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
18月	昼食	ごはん 鰯の幽庵焼き ひじきの煮物 切り干し大根のごまドレ和え 厚揚げの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 ごまドレッシング	さわら 大豆、うすあげ 厚揚げ、みそ	ゆず にんじん、ひじき こまつな、にんじん、切り干しだいこん キャベツ、たまねぎ、ねぎ オレンジ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん だし汁
	午後おやつ	牛乳 パンプディング	食パン、砂糖	牛乳 卵、豆乳		バニラエッセンス
19火 夏の ランタ チミナ	昼食	タコライス 南瓜のバーベキューグリル 焼きもちこしサラダ キャベツのスープ フルーツ	米、油 砂糖、油、ごま 砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉、チーズ	たまねぎ、レタス、ホールトマト、トマト かぼちゃ ブロッコリー、コーン キャベツ、たまねぎ、にんじん すいか	ケチャップ、コンソメ、中濃ソース、カレー粉 ケチャップ、中濃ソース しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★しろくま風パフェ	砂糖	牛乳 ヨーグルト	パイナップル缶、みかん缶、ぶどう、ブルーベリージャム	マフィン、ビスケット
20水	昼食	ごはん のり塩から揚げ ツナポテト グリーンサラダ とうがんのスープ フルーツ	米 片栗粉、砂糖 じゃがいも、砂糖	鶏もも肉 ツナ缶 卵	あおのり ピーマン ブロッコリー、キャベツ、にんじん とうがん、えのき、ねぎ オレンジ	酒、塩、おろししょうが しょうゆ ノンオイル和風ドレッシング 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★夏野菜カレートースト	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 チーズ、ベーコン	たまねぎ、コーン、赤パプリカ、ズッキーニ	カレー粉
21木	昼食	ごはん 鰹フライ ブロッコリーとひじきのソテー オーロラサラダ 白菜のスープ フルーツ	米 小麦粉、パン粉、油 砂糖、オリーブ油 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	あじ（0歳児クラスはたい） ツナ缶 大豆 木綿豆腐	ブロッコリー、コーン、ひじき きゅうり、にんじん はくさい、たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ、塩 ケチャップ、塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 トマトのボンデケーキ	白玉粉、ホットケーキミックス	牛乳 豆乳、チーズ	トマトジュース	ピザソース、コンソメ、パセリ粉
22金	昼食	ごはん 鮭の甘辛焼き かぼちゃの胡麻和え 小松菜の塩昆布和え 大根のすまし汁 フルーツ	米 砂糖、油 ごま、砂糖、黒ごま 砂糖	さけ 木綿豆腐	かぼちゃ もやし、こまつな、にんじん、塩こんぶ だいこん、たまねぎ、みつば バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 たい饅頭（クリーム）	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 脱脂粉乳、卵		
23土	昼食	ちゃんぽん麺 じゃがいものおかか焼き ほうれん草のごま和え フルーツ	中華めん、油 じゃがいも 砂糖	豚肉 糸かつお	はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ ほうれん草、もやし、にんじん	中華だし、しょうゆ、塩 みりん、しょうゆ しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
25月	昼食	ごはん ★鮭の焼き浸し きのこスパゲティー ブロッコリーのおかか和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖 スパゲティ、油、砂糖	さけ ベーコン 糸かつお 木綿豆腐、みそ	たまねぎ、ピーマン、レモン果汁 たまねぎ、しめじ ブロッコリー、もやし、にんじん キャベツ、えのき、ねぎ バナナ	酢、しょうゆ、みりん、塩 中華だし、しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	食パン	牛乳	いちごジャム	
26火	昼食	ごはん ハンバーグ さつまいものごまあえ 小松菜とちくわの酢の物 わかめのすまし汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖 さつまいも、砂糖、ごま、黒ごま 砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐 ちくわ	たまねぎ、にんじん もやし、こまつな、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	中華だし、ケチャップ、中濃ソース しょうゆ 酢、塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★しらすと枝豆のおにぎり	米	牛乳 しらす干し	えだまめ	だし汁、みりん、しょうゆ、塩

27 水 世界の食卓	昼食	麦ごはん モチコチキン ポテトフライ 紫キャベツのコールスロー ボルチギービーンズスープ フルーツ	米、押麦 片栗粉、上新粉、砂糖 じゃがいも、油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏もも肉 大豆、ベーコン	レモン果汁 キャベツ、レッドキャベツ、きゅうり、にんじん、コーン ホールトマト、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん パイン缶	しょうゆ、ケチャップ、お好みソース、おろししょうが パセリ粉、塩 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ハワイアンパンケーキ	ホットケーキミックス	牛乳 ホイップクリーム、豆乳、卵	ブルーベリージャム	
28 木	昼食	ごはん 鯖のカレー焼き 切り干し大根の卵焼き さっぱりポテトサラダ 豆乳入りオニオンスープ フルーツ	米 上新粉 じゃがいも、油、砂糖	さわら 卵 豆乳	コーン、切り干しだいこん にんじん、きゅうり たまねぎ、ほうれん草、しめじ バナナ	カレー粉、塩 しょうゆ、みりん、塩 酢、塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 カルピスマフィン	ホットケーキミックス	牛乳 絹豆腐、カルピス		
29 金	昼食	ひじきごはん 鯖の塩焼き かぼちゃの甘煮 ほうれん草のお浸し 豆腐の味噌汁 フルーツ	米、ごま 砂糖 砂糖	さば（0歳児クラスはたい） 糸かつお 木綿豆腐、みそ	かぼちゃ ほうれん草、もやし、しめじ、にんじん たまねぎ、えのき オレンジ	しそひじきふりかけ 塩 だし汁、みりん、しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ（アップル）	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 クリームチーズ、脱脂粉乳、卵	りんご（0～2歳児はバナナ） たまねぎ、にんじん、グリーンピース	ドライイースト
30 土	昼食	チキンライス さつまいのグリル ブロッコリーのマヨドレサラダ 大根のスープ フルーツ	米、油 さつまいも、油 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏肉 ツナ缶	 ブロッコリー、コーン だいこん、しめじ、にんじん	ケチャップ、中華だし 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

※献立は変更になる場合があります。年齢に合った味付け、形状で対応しています。

