



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（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	パイン缶、みかん缶、ぶどう、ブルーベリージャム	
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ジョ	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。

