



令和7年度

8月

3色栄養食材 ☆ 献立表



エンジェル保育園



日	曜		おやつ	未満児おやつ	赤(血や肉になる食品)	黄(力や熱になる食品)	緑(体の調子を整える食品)
1	金	鶏の梅焼き 五目ひじき ★太きゅうりのとろみ汁	牛乳 ココア蒸しパン	ボーロ	とりにく ひじき うすあげ ぶたにく ベーコン	こんにやく さとう かたくりこ	うめぼし にんじん ふときゅうり たまねぎ しょうが
2	土	やきそば フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ビスケット	ぶたにく ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン フルーツ
4	月	じゃが芋のミートソース煮 ひじきサラダ 青菜とえのきのスープ	牛乳 豆乳くずもち	カステラ	ひきにく ひじき ツナ	じゃがいも さとう かたくりこ マヨネーズ	たまねぎ しいたけ グリンピース にんじん コーン きゅうり こまつな えのき
5	火	鮭の胡麻みそ焼き きんぴらごぼう 小松菜の味噌汁	牛乳 おふかりんとう(めろん組はソフトクリーム)	せんべい	さけ みそ ちくわ うすあげ	ごま さとう こんにやく	しょうが ごぼう にんじん こまつな もやし
6	水	夏野菜カレー スパゲティサラダ	牛乳 ピザトースト	ウエハース	ひきにく ハム	じゃがいも カレールウ スパゲティ マヨネーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ トマトかん キャベツ きゅうり
7	木	ちくわのごまがらめ 磯辺和え けんちん汁	牛乳 手作りクッキー(ぶどう組はソフトクリーム)	クラッカー	ちくわ のり はなかつお とうふ とりにく	さとう ごま かたくりこ こんにやく	こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん
8	金	★金時草のかきあげ ゆかりあえ ニらともやしのスープ	牛乳 カルピスゼリー	ビスケット	ちくわ ひきにく	さつまいも こむぎこ あぶら	きんじそう たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん ゆかり もやし にら
9	土	五目うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	クラッカー	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	ゆでうどん	にんじん たまねぎ はくさい フルーツ
12	火	マーボー春雨 パンパンジーサラダ 中華風コーンスープ	牛乳 フライドポテト	ボーロ	ひきにく みそ ささみ ぶたにく	はるさめ さとう かたくりこ ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん しょうが にんにく もやし キャベツ こまつな コーン
13	水	鶏の和風マヨサラダ 南瓜のそぼろあん ビーフンスープ	牛乳 ごへいもち	カステラ	とりにく ひきにく ぶたにく	マヨネーズ ごま さとう かたくりこ ビーフン	にんじん きゅうり もやし かぼちゃ グリンピース キャベツ
18	月	コロッケ マカロニサラダ オクラの味噌汁	牛乳 フルーツポンチ	せんべい	ハム わかめ うすあげ みそ	コロッケ あぶら マカロニ マヨネーズ	にんじん キャベツ きゅうり オクラ
19	火	コーンフ레이크チキン 切り干し大根のハリハリあえ カレーうどん	牛乳 スコーン(みかん組はなな組はソフトクリーム)	ウエハース	とりにく ベーコン ちくわ ぶたにく	マヨネーズ コーンフ레이크 ごま さとう うどん カレールウ	きりぼしだいこん きゅうり にんじん たまねぎ
20	水	グラタン ささみときゅうりの梅ポン 南瓜の味噌汁	牛乳 わかめおにぎり	クラッカー	とりにく ぎゅうにゅう チーズ ささみ うすあげ みそ	マカロニ シチュールウ パンこ ごま マヨネーズ	たまねぎ きゅうり もやし にんじん うめぼし かぼちゃ ねぎ
21	木	かりかりうめごはん ハンバーグきのこあんかけ ジャーマンポテト かきたま汁	牛乳 マンゴープリン	ビスケット	しらす ひきにく とうふ ぎょくにソーセージ たまご	ごま パンこ さとう かたくりこ じゃがいも	うめぼし たまねぎ えのき しめじ まいわけ にんじん みつば
22	金	スペイン風オムレツ ★金時草とツナの和え物 マカロニシチュー	牛乳 パニナマフィン	ボーロ	たまご ベーコン ツナ とりにく ぎゅうにゅう	じゃがいも マカロニ シチュールウ	たまねぎ パセリ パプリカ きんじそう もやし にんじん しめじ
23	土	肉うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ウエハース	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	ゆでうどん	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい フルーツ
25	月	キャベツバーグ ナポリタン コーンポタージュスープ	牛乳 ブルーベリークリームサンド	カステラ	ひきにく たまご とうふ ベーコン ぎゅうにゅう	おつゆ スパゲティ さとう シチュールウ	キャベツ たまねぎ ピーマン トマトかん コーン パセリ
26	火	肉じゃが 青菜のおかかあえ 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 コロコロラスク(もも組はソフトクリーム)	せんべい	とりにく はなかつお とうふ うすあげ みそ	じゃがいも こんにやく さとう	たまねぎ にんじん しめじ こまつな もやし なめこ
27	水	ポークチャップ ツナサラダ ワンタンスープ	牛乳 ベーコンエビ	ウエハース	ぶたにく だいず ツナ	さとう マヨネーズ ワンタン	たまねぎ にんにく きゅうり キャベツ にんじん だいこん ねぎ
28	木	鶏のから揚げ ナムル めった汁	牛乳 ちんすこう	クラッカー	とりにく ツナ うすあげ みそ	さとう かたくりこ あぶら ごまあぶら さつまいも	にんにく もやし こまつな にんじん だいこん はくさい
29	金	みそ味噌焼肉風 パンサンサー じゃがいもの味噌汁	牛乳 みずようかん	ビスケット	ぶたにく みそ たまご ハム わかめ みそ	ごまあぶら はるさめ さとう じゃがいも	にんじん キャベツ たまねぎ もやし きゅうり
30	土	ミートスパゲティ フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	カステラ	ひきにく ぎゅうにゅう	スパゲティ さとう	たまねぎ なす トマトかん フルーツ

■1ヶ月の平均は、エネルギー423kcal、たんぱく質17.1g、脂質16.1g、食塩1.9gです。

■21日(木)は誕生会です。

■★マークは加賀・地元野菜を使用したメニューです。

今月の行事食

11日は山の日です。山の日とは「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する日」です。今月の誕生会は山の日と、SDGs15 陸の豊かさを守ろう。にちなんで、山の幸とお米、卵、イモ類、きのこなどの日本での自給率の高い食材を使った献立です。地産地消や山のめぐみに感謝するという気持ちは「和食」の中にも含まれています。

