

8月



幼児食



2025年

赤 血や肉・骨となる

黄 熱や力となる

緑 体の調子をよくする

知念あさひ保育園 知念こども園

曜日		献立名	主な食材			おやつ	曜日		献立名	主な食材(昼食)			おやつ
			赤	黄	緑					赤	黄	緑	
1 (金)	昼食	○きびご飯 ○豚肉甘酢生姜焼き ○パパイイリチー ○みそ汁 ○果物	豚肉 ツナ缶	米 もちきび	玉葱・生薑 人参・ニラ パパイア 冬瓜・わかめ りんご	○フレンチトースト ○牛乳	16 (土)	昼食	○チャーハン ○野菜マヨ焼き ○みそ汁 ○果物	豚肉 豆腐	米	ピーマン 人参・しめじ ブロッコリー 南瓜・わかめ オレンジ	○おにぎり (昆布) ○牛乳
2 (土)	昼食	○白ご飯 ○ローストチキン ○キャベツの和え物 ○みそ汁 ○果物	鶏肉	米	人参・玉葱 にんにく 生薑・わかめ キャベツ オレンジ	○おにぎり (ゆかり) ○牛乳	18 (月)	昼食	○チキンカレー ○切干し大根サラダ ○スープ ○果物	鶏肉 ベーコン	米 じゃが芋	人参・玉葱 セロリ・胡瓜 ブロッコリー マッシュ ルーム缶 キャベツ りんご	○くずもち ○牛乳
4 (月)	昼食	○白ご飯 ○肉豆腐 ○中華胡瓜 ○わかめスープ ○果物	豚肉 豆腐	米 こんにゃく 麩	玉葱・人参 長葱・えのき ほうれん草 胡瓜・わかめ りんご	○カリカリ煮干し ○オープンポテト ○牛乳	19 (火)	昼食	○白ご飯 ○魚のマリネ ○クーブイリチー ○みそ汁 ○果物	白身魚 豚肉	米 こんにゃく	トマト・胡瓜 玉葱・人参 刻み昆布 冬瓜・小葱 わかめ バナナ	○マラーカオ ○牛乳
5 (火)	昼食	○白ご飯 ○魚の香味焼き ○冬瓜そぼろ煮 ○みそ汁 ○カップゼリー	さば 豚肉 豆腐	米	生薑・冬瓜 人参・玉葱 ニラ・わかめ パイン缶	○アップルパイ ○牛乳	20 (水)	昼食	○ミートソーススパゲティ ○ブロッコリーサラダ ○コンソメスープ ○果物	豚肉 チーズ 鶏卵	スパ麺 鶏卵 じゃが芋	玉葱・人参 トマト缶 マッシュ ルーム缶 ピーマン ブロッコリー コーン ほうれん草	○おにぎり (鮭)
6 (水)	昼食	弁当会				○アイスクリーム ○クラッカー	21 (木)	昼食	○白ご飯 ○魚のレモンソース ○筑前煮 ○みそ汁 ○果物	白身魚 鶏肉	米 こんにゃく	レモン汁 大根・人参 玉葱・ごぼう れんこん ほうれん草 バナナ	○コーンフレークおこし ○牛乳
7 (木)	昼食	○野菜そば ○揚げしゅうまい ○胡瓜のゆかり和え ○果物	豚肉 しゅうまい	沖縄そば	キャベツ 人参・小葱 玉葱・胡瓜 オレンジ	○ジュシー	22 (金)	昼食	○コッペパン ○マカロニグラタン ○コーンソテー ○コンソメスープ ○カップゼリー	鶏肉 牛乳 バター チーズ ベーコン	コッペパン マカロニ じゃが芋	玉葱・人参 コーン ブロッコリー パプリカ もも缶	○おにぎり (じゃこおか)
8 (金)	昼食	○白ご飯 ○魚の照り焼き ○千切りイリチー ○みそ汁 ○果物	白身魚 豚肉 鶏卵	米 こんにゃく	人参・玉葱 切干し大根 刻み昆布 わかめ バナナ	○焼き芋 ○牛乳	23 (土)	昼食	○白ご飯 ○豚肉のみそ炒め ○すまし汁 ○果物	豚肉 豆腐	米	キャベツ 玉葱・生薑 にんにく ピーマン わかめ オレンジ	○おにぎり (わかめ) ○牛乳
9 (土)	昼食	○てりやき野菜丼 ○ブロッコリーサラダ ○みそ汁 ○果物	鶏肉	米 じゃが芋	玉葱・人参 キャベツ ブロッコリー ほうれん草 オレンジ	○はちや棒 ○牛乳	25 (月)	昼食	○白ご飯 ○きびなごかりん揚げ ○ゴーヤーチャンプルー ○みそ汁 ○果物	きびなご 豆腐 鶏卵	米	生薑・人参 ゴーヤー ほうれん草 大根・しめじ バナナ	○紅芋ちんすこう ○牛乳
11 (月)	昼食	山の日					26 (火)	昼食	○ハヤシライス ○ツナと胡瓜のサラダ ○かき玉汁 ○果物	豚肉 ツナ缶 鶏卵	米 じゃが芋	玉葱・人参 マッシュ ルーム缶 いんげん 胡瓜 キャベツ ほうれん草 りんご	○ホットケーキ (ココア) ○牛乳
12 (火)	昼食	○豚丼 ○おくらおかか和え ○みそ汁 ○果物	豚肉 鶏卵 かつお節 豆腐	米	玉葱・人参 ピーマン しめじ・胡瓜 オクラ わかめ バナナ	○じゃが芋もち ○牛乳	27 (水)	昼食	○白ご飯 ○豆腐の野菜あんかけ ○ひじきの煮物 ○豚汁 ○果物	豆腐 豚肉	米 こんにゃく	ピーマン えのき・玉葱 パプリカ 人参・ひじき ニラ・大根 ごぼう・小葱 オレンジ	○マッシュマロサンド ○牛乳
13 (水)	昼食	○白ご飯 ○魚の天ぷら ○きんぴらごぼう ○イナムルチ ○果物	かじき 鶏卵 豚肉 かまぼこ	米 しらたき	ごぼう・人参 玉葱・大根 小葱・椎茸 りんご	○ごまクッキー ○牛乳	28 (木)	昼食	○白ご飯 ○鶏手羽元のケチャップ煮 ○ナムル ○そうめん汁 ○果物	鶏肉	米 そうめん	玉葱・もやし ピーマン 小松菜・人参 コーン・小葱 バナナ	○フルーツヨーグルト ○クラッカー
14 (木)	昼食	○きびご飯 ○鶏肉のごま風味焼き ○フーイリチー ○みそ汁 ○カップゼリー	鶏肉 鶏卵 ツナ缶	米 もちきび 麩	キャベツ 人参・玉葱 ピーマン 小松菜 長葱 みかん缶	○ぜんざい ○せんべい	29 (金)	昼食	○きびご飯 ○かみかみハンバーグ ○マカロニサラダ ○みそ汁 ○ゼリー	豚肉	米 もちきび じゃが芋 パン粉 マカロニ	玉葱・ごぼう 小葱・ひじき ブロッコリー 人参・胡瓜 コーン・玉葱 キャベツ ゼリー	○誕生日ケーキ ○牛乳
15 (金)	昼食	○白ご飯 ○厚揚げの炒め物 ○じゃこサラダ ○みそ汁 ○果物	厚揚げ 豚肉 しらす	米	人参・玉葱 しめじ・ニラ キャベツ 胡瓜・大根 パプリカ 小葱・バナナ	○ジャムサンド (ブルーベリー) ○牛乳	30 (土)	昼食	○きのこご飯 ○じゃが芋ソテー ○すまし汁 ○果物	鶏肉 豆腐	米 じゃが芋	人参・しめじ 小葱・玉葱 わかめ オレンジ	○ビーノ ○牛乳