

# 8月 乳児給食献立表

令和7年度  
福祉給食センター

日	曜	こんだてめい	ち・にく・ほねになるもの (あかいろ)	体の觸りきととのえるもの (みどりいろ)	はたらくかになるもの (さいいろ)	備考	おやつ
1	金	牛乳 野菜スティックパン ミンチカツ キャベツともやしのスープ メロン	牛乳 牛肉 豚肉 豆腐 豆乳 ささみ	玉ねぎ ビーマン 赤ピーマン キャベツ 人参 もやし マッシュルーム メロン	野菜スティックパン 小麦粉 パン粉 油 砂糖		ぶどうゼリー
2	土	牛乳 焼きそば	牛乳 豚肉 竹輪	人参 玉ねぎ キャベツ ビーマン もやし	焼きそばめん		パン・牛乳
4	月	牛乳 ごはん 鱈のねぎみそ焼き なすとかぼちゃのすまし汁 バナナ	牛乳 さむら みそ	ねぎ 玉ねぎ なす かぼちゃ 人参 えのきだけ キャベツ バナナ	米 麦 里芋		スウィーティーゼリー
5	火	牛乳 黒糖ロール ポークピカタ オニオンスープ オレング	牛乳 豚肉 卵 ベーコン	パセリ 玉ねぎ 人参 しめじ えのきだけ オレング	黒糖ロール 小麦粉 パター じゃがいも	ポーピカタ 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	クッキー<ムーンライト> (さつまいもチップス) のむヨーグルト (保育所のお茶)
6	水	牛乳 赤しそごはん 大根のツナ風味煮 ウインナー デラウエア	牛乳 ツナ油揚げ 生揚げ ウインナー	赤しそふりかけ 大根 人参 さやいんげん	米 麦 里芋 砂糖	ウインナー 0歳児：2本 1歳児：2本 2歳児：3本	おはぎ
7	木	牛乳 こめこロール(乳含む) 豆腐チキンナゲット トマトのスープ メロン	牛乳 焼き豆腐 鶏肉 卵	トマト なす かぼちゃ とうもろこし 人参 玉ねぎ メロン	こめこロール(乳含む) 片栗粉 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ 油 砂糖 じゃがいも		ハム鉄入りえびせん  (おさかなじのバフスナック)
8	金	牛乳 夏野菜のカレーライス チンゲンサイとしらすの塩麹あえ ずいか	牛乳 豆乳 豚肉 しょうゆ 油揚げ	人参 玉ねぎ かぼちゃ なす ビーマン スッキーニ ブルーンエキス チンゲンサイ 人参 もやし ずいか	米 麦 カレーパウダー じゃがいも 砂糖 こま こま油		はくどうのジュレ
9	土	牛乳 あんかけうどん	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ	人参 ほうれんそう しいたけ ねぎ	うどん 片栗粉		パン・牛乳
12	火	牛乳 ごはん 野菜あんかけ豆腐ハンバーグ あまなつゼリー	牛乳 鶏肉 豆腐	玉ねぎ じゃがいも しいたけ	麦ごはん あまなつゼリー		あまからせんべい<減糖> グレープジュース ヨーグルトグレープ <乳糖不使用>
13	水	牛乳 ドックパン おさかなソーセージ ぶどうヨーグルト	牛乳 おさかなソーセージ ぶどうヨーグルト		ドックパン		フルーツゼリー <ずりおろしりんご>
14	木	牛乳 ハヤシライス 冷凍パイナップル	豚肉 ツナ水煮	人参 とうもろこし さつまいも じゃがいも かぼちゃ テーツ 生餅 セロリ こんにゃく パイナップル	麦ごはん		
15	金	牛乳 野菜とひよこ豆のカレーライス オレングゼリー	発酵乳 ひよこ豆	玉ねぎ 人参 テーツ ビーマン 生餅 セロリ こんにゃく トマト 豚肉・鶏肉ペースト	さつまいも じゃがいも 油 砂糖 麦ごはん オレングゼリー		おほしさませんべい
16	土	牛乳 みそ煮込みうどん	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ みそ	人参 ほうれんそう ねぎ しいたけ	うどん		パン・牛乳
18	月	牛乳 ごはん かぼちゃと厚揚げのそぼろ煮 出し巻き卵 ずいか	牛乳 厚揚げ 鶏肉 卵	かぼちゃ 人参 玉ねぎ しいたけ さやいんげん ずいか	米 麦 じゃがいも 砂糖 砂糖	出し巻き卵 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	ぶどうヨーグルト  (国産やさしいゼリー)
19	火	牛乳 ごはん 八宝菜 しゅうまい バナナ	牛乳 豚肉 豚肉 ほうたてエキス	人参 玉ねぎ チンゲンサイ もやし ねぎ しいたけ キャベツ 玉ねぎ 生姜 バナナ	米 麦 片栗粉 砂糖 こま油 しゅうまいの皮	しゅうまい 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	あんぱん <乳糖不使用>  (こめこのまあるいパン いちごジャム)
20	水	牛乳 食パン すずきのごまクラッカー揚げ スッキーニのスープ 梨	牛乳 すずき 鶏肉	トマト 玉ねぎ スッキーニ なす エリンギ 梨	食パン こま 小麦粉 クラッカー 油	梨 0・1歳児 ：コンポート	かぼちゃプリン<乳糖不使用>
21	木	牛乳 ごはん ハンバーグきのこソース かぼちゃのみそ汁 オレング	牛乳 豚肉 牛肉 豆乳 豆腐 みそ	玉ねぎ 人参 しめじ えのきだけ 玉ねぎ 人参 キャベツ ねぎ かぼちゃ オレング	米 麦 砂糖 パン粉 片栗粉		スイートポテト<乳糖不使用>  (あまなつゼリー)
22	金	牛乳 こどりのちぎりパン スパッシュオムレツ ポトフ メロン	牛乳 卵 ツナ油揚げ すり身 豆乳	玉ねぎ ビーマン トマト 玉ねぎ 人参 さやいんげん マッシュルーム メロン	こどりのちぎりパン じゃがいも		みかんのジュレ
23	土	牛乳 あんかけ焼きそば	牛乳 豚肉 竹輪	人参 キャベツ 玉ねぎ ビーマン もやし	焼きそばめん 片栗粉		パン・牛乳
25	月	牛乳 カレー風味のトマトライス 玉ねぎとかぼちゃのスープ ずいか	牛乳 豚肉	玉ねぎ 人参 とうもろこし トマト 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ しめじ かぼちゃ ずいか	砂糖 じゃがいも 米 麦 でんぶん糖	こめこのロールクッキー <高塩>	
26	火	牛乳 ごはん 手作りコーン鶏つくね じゃがいものみそ汁 バナナ	牛乳 鶏肉 豆乳 みそ 油揚げ みそ	玉ねぎ ねぎ とうもろこし 玉ねぎ しめじ バナナ	米 麦 パン粉 砂糖 片栗粉 じゃがいも		にゅうさんきんデザート  (じゃがいもおかき)
27	水	牛乳 ブルーベリーパン 鶏肉の甘酢あんかけ たけのこのスープ オレング	牛乳 鶏肉の甘酢あんかけ 豆腐	玉ねぎ 人参 ビーマン たけのこ 人参 ねぎ 小松菜 干しいたけ オレング	ブルーベリーパン 砂糖 片栗粉 小麦粉 油 こま油	鶏肉の甘酢あんかけ 0歳児：1個 1歳児：1個 2歳児：2個	こくさんしモンテのムース <乳糖不使用>  (マスカットゼリー)
28	木	牛乳 ごはん チンジャオロース パンパンジー メロン	牛乳 豚肉 鶏ささみ油揚げ	人参 ビーマン たけのこ 干しいたけ 玉ねぎ きゅうり 人参 もやし メロン	米 麦 片栗粉 砂糖 こま油 じゃがいも こま 砂糖 こま油		うさぎまんじゅう  (いちごプリン)
29	金	牛乳 さつまいもいりパン 鮭のパン粉焼き チンゲンサイのスープ フルーツポンチ	牛乳 鮭 生揚げ	パセリ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ しめじ みかん もも	さつまいもいりパン 小麦粉 パン粉 じゃがいも 砂糖 カクテルゼリー	誕生日会	果肉入りフルーツゼリー (モモ)
30	土	牛乳 焼きうどん	牛乳 鶏肉 竹輪 油揚げ	人参 しいたけ ほうれんそう ねぎ	うどん		パン・牛乳



12日(火)～15日(金)は給食センターのメンテナンスのため、簡易給食になります。



※食材の入荷状況により、食材等が変更になる場合があります。  
※保育所で初めて食べる食材がないように、ご家庭で食べ進めてください。

## 水分補給で熱中症予防を

熱中症は、夏の強い陽ざしの下での激しい運動や作業中だけでなく、室内で起こることもあります。この時期は、汗をかくことを意識して水分をとるように心がけましょう。のどの渇きを感じなくても、こまめな水分補給が重要です。すぐに飲めるようにつねにそばに置いておくのもよいですね。  
また扇風機やエアコンで室内温度を管理するなど、環境への注意も大切です。  
食事には、汁物や水分の多い野菜・果物を積極的に取り入れましょう。



## おススメレシビ☆カレー風味のトマトライス☆

乳児6人分(大人2人 子ども2人)

- 豚ひき肉 80g
- 人参 45g
- 玉ねぎ 210g
- コーン 45g
- じゃがいも 50g
- カレー粉 0.5g
- トマト缶かトマトピューレ 60g
- 塩 0.5g
- 砂糖 小さじ1
- ケチャップ 小さじ1

- ①人参、玉ねぎは粗みじんに切る。
- ②豚ひき肉から炒め、お肉に火が通ったら、人参、玉ねぎを炒める。火が通ったら、トマトピューレを入れて、コーンを入れて煮込む。酸味が弱くなるように少し煮込み、すりおろしたじゃがいもを入れてとろみをつける。
- ③カレー粉、塩、砂糖、ケチャップを入れて味を調える。味が整ったら、具は完成。
- ④ご飯(分量外)の上具をのせて出来上がり☆

午前おやつ・延長おやつ

しらすわかめせんべい  
くろまききなこクッキー  
やさしいせんべい  
はいがクッキー  
にしょくあられ  
こまビスケット  
ビスケット  
クリームせんべい