



令和7年8月

献立表

八幡こばと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主 食	昼 食	午後おやつ
1	金	ビスケット 牛乳	納豆ご飯	厚揚げの卵とし 野菜の胡麻和え オレンジ 麦茶	ヨーグルト ウエハース 麦茶
2	土	塩せんべい 麦茶	ご飯	もずく丼 豆腐と小松菜のみそ汁 グレープフルーツ 麦茶	乳飲料 甘辛せんべい クラッカー
3	日				
4	月	パイ菓子 牛乳	ご飯	アジのカレームニエル 豆チーズサラダ トマト グレープフルーツ 麦茶	★さつまいも蒸しパン (以)牛乳(未)麦茶
5	火	青のりせんべい 牛乳	ポークカレー	じゃがいもコロッケ きゅうりの梅肉和え オレンジ 麦茶	クリームサンドビスケット (以)牛乳(未)麦茶
6	水	ウエハース 牛乳	鶏南蛮うどん	夏野菜の卵焼き 里芋のごま味噌煮 バナナ 麦茶	★夕焼けごはん 麦茶
7	木	カルシウムせんべい 牛乳	ご飯	サーモンのねぎ味噌焼き キャベツのナムル グレープフルーツ 麦茶	★かぼちゃのホットケーキ (以)牛乳(未)麦茶
8	金	クラッカー 麦茶	食パン	ポークビーンズ のりっこりー 牛乳 オレンジ 麦茶	米粉のガトーショコラ (以)牛乳(未)麦茶
9	土	甘辛せんべい 麦茶	ご飯	マーボー丼 ほうれん草とさつまいものすまし汁 グレープフルーツ 麦茶	野菜ジュース パイ菓子 塩せんべい
10	日				
11	月			山の日	
12	火	ビスケット 牛乳	ご飯	さばの梅煮 野菜のツナ和え バナナ 麦茶	★がんづき (以)牛乳(未)麦茶
13	水	塩せんべい 牛乳	ご飯	夏野菜のドライカレー きゅうりの変わり漬け オレンジ 麦茶	★おくずがけ 麦茶
14	木	パイ菓子 牛乳	ご飯	カレイの梅マヨ焼き なす炒り グレープフルーツ 麦茶	★チーズのもちもちパン (以)牛乳(未)麦茶
15	金	青のりせんべい 牛乳	ご飯	ぎせい豆腐 すき昆布煮 バナナ 麦茶	★コーンクリームスパゲティ (以)牛乳(未)麦茶
16	土	ウエハース 麦茶	ご飯	中華丼 里芋と小松菜のすまし汁 オレンジ 麦茶	乳飲料 甘辛せんべい ビスケット
17	日				
18	月	カルシウムせんべい 牛乳	ご飯	マグロの角煮 ひじき納豆 グレープフルーツ 麦茶	★ニラいももち (以)牛乳(未)麦茶
19	火	クラッカー 牛乳	ご飯	酢鶏 小松菜とさつまいものみそ汁 バナナ 麦茶	カステラ (以)牛乳(未)麦茶
20	水	甘辛せんべい 牛乳	ご飯	豆腐キッシュ ジャーマンポテト トマト オレンジ 麦茶	★とうもろこしスコーン (以)牛乳(未)麦茶
21	木	ビスケット 牛乳	鮭わかめご飯	鶏肉の胡麻焼き 野菜炒め グレープフルーツ 麦茶	★ココアクッキー (以)牛乳(未)麦茶
22	金	りんごジュース	未満児:白パン 以上児:フランスパン	サーモンのピザ焼き スパゲティソテー 豆乳スープ すいか 麦茶	2種のロールケーキ (以)牛乳(未)麦茶
23	土	塩せんべい 麦茶	ご飯	プルコギ丼 わかめスープ バナナ 麦茶	豆乳飲料 クラッカー 青のりせんべい
24	日				
25	月	パイ菓子 牛乳	梅しそご飯	厚揚げのみそ炒め じゃが芋の紅白煮 オレンジ 麦茶	★白桃入りヨーグルトケーキ (以)牛乳(未)麦茶
26	火	青のりせんべい 牛乳	ご飯	カレイのパン粉焼き ラタトゥイユ グレープフルーツ 麦茶	クリームパン (以)牛乳(未)麦茶
27	水	ウエハース 牛乳	なめこうどん	豚肉のスパイシーオムレツ うまっこりー オレンジ 麦茶	★しらすのバター醤油ごはん 麦茶
28	木	カルシウムせんべい 牛乳	ご飯	マーボーひじき 小松菜のナムル バナナ 麦茶	★大学芋 (以)牛乳(未)麦茶
29	金	クラッカー 牛乳	ご飯	さばの香りみそ焼き 中華風春雨サラダ トマト グレープフルーツ 麦茶	ヨーグルト パイ菓子 麦茶
30	土	甘辛せんべい 麦茶	ご飯	トマト肉じゃが 豆腐とねぎのみそ汁 バナナ 麦茶	野菜ジュース 塩せんべい ビスケット
31	日				

♪お知らせ♪

- ・★印のメニューは、手作りおやつです
- ・8月22日(金) お誕生会

※都合により献立を変更する場合があります。

8月の旬の食材

トマト、かぼちゃ、きゅうり、とうもろこし、すいか

* なす炒り、おくずがけは宮城県の郷土料理です *

【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	509	598
たんぱく質(g)	19.3	23.6
脂質(g)	14.7	18.0
食塩相当量(g)	1.3	1.5