

8月の予定献立表（未満児）

日／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄 養 価	日／ 曜	献立名	材料名（昼食・3時おやつ）			栄 養 価	
		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				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		
1 （土）	ミートスパゲティ こまつなのごまマヨえ チーズ キャベツのスープ	スパゲティ	牛乳、豚肉、 チーズ、凍り豆腐	たまねぎ、こまつな、 キャベツ、にんじん、 もやし、トマト	牛乳 味しらべ 牛乳 リッツサンド	19 （水）	食パン ミートオムレツ レタスのしゃきしゃきサラダ じゃがいもスープ	パン、じゃがいも、 スパゲティ	牛乳、卵、豚肉、 豆腐、ハム、 かにかまぼこ	たまねぎ、レタス、 ほうれんそう、もやし、 きゅうり、にんじん、わかめ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 和風スパゲティ	エネルギー 422 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 17.4 g 食 塩 2.0 g
3 （月）	ごはん さわらのコーンマヨネーズ焼き きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁	米	牛乳、さわら、 豆腐、油揚げ、 チーズ、小豆	にんじん、ごぼう、 こまつな、コーン	牛乳 おさつでほん 牛乳 たいやき	20 （木）	ごはん 鶏のから揚げ キャベツとしらすの中華え 五目みそ汁	米、さつまいも	鶏肉、牛乳、 油揚げ、しらす	はくさい、キャベツ、 きゅうり、にんじん、ねぎ、 わかめ、もも	牛乳 ほしっこせんべい ほうじ茶 ブルーチェ	エネルギー 384 kcal たんぱく質 12.0 g 脂 質 11.7 g 食 塩 1.3 g
4 （火）	チキンカレーライス キャベツのおかか和え おくらスープ	米、パン、 じゃがいも	牛乳、鶏肉	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、キャベツ、 オクラ、わかめ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 ジャムサンド	21 （金）	そうめん 肉団子のトマト煮込み おくらとキャベツののりあえ オレンジ	そうめん	牛乳、鶏肉、豚肉	かぼちゃ、たまねぎ、 キャベツ、オクラ、しめじ、 グリーンピース、トマト、のり、 オレンジ	牛乳 つなっこ 牛乳 大学かぼちゃ	エネルギー 418 kcal たんぱく質 16.7 g 脂 質 16.2 g 食 塩 2.4 g
5 （水）	ごはん 肉豆腐 小松菜のごまあえ しめじのみそ汁	米、じゃがいも、 焼ふ	牛乳、豆腐、 豚肉、油揚げ	ねぎ、たまねぎ、こまつな、 もやし、しめじ、にんじん、 えのきたけ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 ハッシュドポテト	22 （土）	ひじき丼 ブロッコリーのごまあえ なめこみそ汁	米	牛乳、豆腐、豚肉、 大豆	たまねぎ、ブロッコリー、 にんじん、なめこ、ねぎ、 ひじき	牛乳 味しらべ 牛乳 クッキー	エネルギー 438 kcal たんぱく質 15.8 g 脂 質 17.7 g 食 塩 1.3 g
6 （木）	ごはん ピーマンと竹の子の中華炒め ひじきの和え物 なすのみそ汁	米、コーンフレーク	牛乳、豚肉、 ちくわ、凍り豆腐	たまねぎ、だけのこ、なす、 ピーマン、にんじん、 きゅうり、コーン、 ひじき、バナナ	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 バナナコーンフレーク	24 （月）	ごはん さばの塩焼き キャベツの炒め煮 もやしのみそ汁	米、しらたき	牛乳、さば、 油揚げ	キャベツ、もやし、 にんじん、にら、いんげん、 オレンジ	牛乳 おさつでほん 牛乳 オレンジ クラッカー	エネルギー 403 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 16.0 g 食 塩 1.2 g
7 （金）	食パン 鶏肉の南蛮漬け かぼちゃサラダ チンゲンサイとえのきのスープ	パン	牛乳、鶏肉、豆腐	かぼちゃ、チンゲンサイ、 きゅうり、ピーマン、 たまねぎ、えのきたけ、 ねぎ、にんじん	牛乳 つなっこ 牛乳 豆腐ドーナツ	25 （火）	ごはん シューマイ 昆布の煮物 キャベツのみそ汁	米	牛乳、豚肉、 油揚げ、きな粉	たまねぎ、キャベツ、 かぼちゃ、にんじん、 えのきたけ、こんぶ、わかめ	牛乳 きなこせんべい 牛乳 かぼちゃもち	エネルギー 470 kcal たんぱく質 17.0 g 脂 質 15.8 g 食 塩 1.3 g
8 （土）	ごはん 豚肉の生姜炒り ブロッコリーとコーンのソテー じゃが芋のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉	たまねぎ、ブロッコリー、 コーン、わかめ	牛乳 味しらべ 牛乳 ぶどうゼリー	26 （水）	ごはん 厚揚げのみそ炒め 小松菜のおかかあえ わかめのみそ汁	米	牛乳、生揚げ、 豚肉、チーズ、 ハム、凍り豆腐	たまねぎ、だいこん、 こまつな、キャベツ、 にんじん、ねぎ、ピーマン、 わかめ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 餃子の皮ピザ	エネルギー 454 kcal たんぱく質 18.9 g 脂 質 18.6 g 食 塩 1.5 g
10 （月）	ごはん あじの香り焼き チンゲン菜のとりみ炒め だいこんのみそ汁	米、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、豆乳、あじ	チンゲンサイ、だいこん、 えのきたけ、にんじん、ねぎ	牛乳 おさつでほん 牛乳 さつまいもの豆乳みたらし団子	27 （木）	ごはん ヒンパ 切干大根のサラダ はるさめスープ	米、はるさめ	牛乳、豚肉、鶏肉、 卵	もやし、ほうれんそう、 キャベツ、にんじん、ねぎ、 きゅうり、だいこん、りんご	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 りんごケーキ	エネルギー 468 kcal たんぱく質 15.4 g 脂 質 17.0 g 食 塩 1.3 g
11 （火）	山の日					28 （金）	食パン レバーのかわりあげ きゅうりともやしの酢の物 野菜コーンスープ	パン、じゃがいも	牛乳、レバー、豆乳	もやし、たまねぎ、きゅうり、 にんじん、コーン	牛乳 つなっこ 牛乳 源氏パイ	エネルギー 468 kcal たんぱく質 17.7 g 脂 質 21.2 g 食 塩 1.2 g
12 （水）	ごはん 肉じゃが ほうれん草とえのき茸のお浸し 豆腐のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豆腐、豚肉、 油揚げ	ほうれんそう、たまねぎ、 にんじん、えのきたけ、 きぬさや、わかめ	牛乳 リッツクラッカー 牛乳 ちんすこう	29 （土）	かえてフェスタ					
13 （木）	焼きうどん こまつなのツナ酢和え わかめスープ	うどん	牛乳、豆腐、豚肉、 ツナ	こまつな、キャベツ、 たまねぎ、にんじん、 ねぎ、コーン、わかめ	牛乳 ほしっこせんべい 牛乳 パウムクーヘン	31 （月）	ごはん 鮭のネギソース トマトのツナ和え こまつなのみそ汁	米	牛乳、さげ、豆乳、 ツナ	トマト、きゅうり、たまね ぎ、 こまつな、ねぎ、えのきたけ、 わかめ	牛乳 おさつでほん 牛乳 ココア蒸しパン	エネルギー 428 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 11.8 g 食 塩 1.5 g
14 （金）	ごはん ミックスフライ、ゆでブロッコリー ひじきの煮物 切干大根のみそ汁	米、焼ふ、 じゃがいも	牛乳、油揚げ、豚肉	たまねぎ、ブロッコリー、 にんじん、いんげん、 だいこん、ひじき	牛乳 つなっこ 牛乳 ビスケット							
15 （土）	ツナのハヤシライス 焼きかぼちゃ わかめスープ	米、じゃがいも	牛乳、ツナ、 凍り豆腐	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、ねぎ、わかめ	牛乳 味しらべ 牛乳 せんべい							
17 （月）	ごはん 納豆 ぶりの竜田揚げ はるさめサラダ こまつなのみそ汁	米、はるさめ	牛乳、ぶり、納豆、 ベーコン	トマト、こまつな、 きゅうり、えのきたけ、 わかめ、りんご、あおのり	牛乳 おさつでほん 牛乳 りんごかんてん							
18 （火）	ごはん マーボーなす もやしのごま塩あえ 鶏肉の中華スープ	米、さつまいも	牛乳、豆腐、豚肉、 鶏肉	なす、もやし、にんじん、 ほうれんそう、ねぎ、 チンゲンサイ、えのきたけ、 パイン、もも	牛乳 きなこせんべい 牛乳 フルーツきんとん							

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更があった際は追って連絡いたします。
8月27日（木）は誕生会メニューです。



KAEDE HOIKUEN

MY DREAM ARE GROWING UP HERE.

CRESCENDREAMS



食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。
変更があった際は追って連絡いたします。
8月27日（木）は誕生会メニューです。



KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS



8月の予定献立表(以上児)



日 曜	献立名	材料名昼食・3時おやつ			栄養価	日 曜	献立名	材料名昼食・3時おやつ			栄養価
		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				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	
1 (土)	ミートスパゲティ こまつなのごまヨアエ チーズ キャベツのスープ	スパゲティ	牛乳、豚肉、 チーズ、凍り豆腐	たまねぎ、こまつな、 キャベツ、にんじん、 もやし、トマト	エネルギー 551 kcal たんぱく質 23.0 g 脂質 22.1 g 食塩 2.3 g	19 (水)	食パン ミートオムレツ レタスのしゃきしゃきサラダ じゃがいもスープ	パン、じゃがいも、 スパゲティ	牛乳、鶏、豚肉、 豆腐、ハム、 かにかまぼこ	たまねぎ、レタス、 ほうれんそう、もやし、 きゅうり、にんじん、わかめ	エネルギー 453 kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 16.6 g 食塩 2.4 g
3 (月)	ごはん さわらのコーンマヨネーズ焼き きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁	米	牛乳、さわら、 豆腐、油揚げ、 チーズ、小豆	にんじん、ごぼう、 こまつな、コーン	エネルギー 538 kcal たんぱく質 22.5 g 脂質 19.3 g 食塩 1.7 g	20 (木)	ごはん 鶏のから揚げ キャベツとしらすの中華和え 五目みそ汁	米、さつまいも	鶏肉、牛乳、 油揚げ、しらす	はくさい、キャベツ、 きゅうり、にんじん、ねぎ、 わかめ、もも	エネルギー 468 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 15.2 g 食塩 1.6 g
4 (火)	チキンカレーライス キャベツのおかか和え おくらスープ	米、パン、 じゃがいも	牛乳、鶏肉	たまねぎ、にんじん、 きゅうり、キャベツ、 オクラ、わかめ	エネルギー 549 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 16.4 g 食塩 2.7 g	21 (金)	そうめん 肉団子のトマト煮込み おくらとキャベツののりあえ オレンジ	そうめん	牛乳、鶏肉、豚肉	かぼちゃ、たまねぎ、 キャベツ、オクラ、しめじ、 グリーンピース、トマト、のり、 オレンジ	エネルギー 468 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 16.1 g 食塩 2.3 g
5 (水)	ごはん 肉豆腐 小松菜のごまあえ しめじのみそ汁	米、じゃがいも、 焼豆	牛乳、豆腐、豚肉、 油揚げ	ねぎ、たまねぎ、こまつな、 もやし、しめじ、にんじん、 えのきたけ	エネルギー 459 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 16.1 g 食塩 1.7 g	22 (土)	ひしき丼 ブロッコリーのごまあえ なめこみそ汁	米	牛乳、豆腐、豚肉、 大豆	たまねぎ、ブロッコリー、 にんじん、なめこ、ねぎ、 ひしき	エネルギー 465 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 17.4 g 食塩 1.4 g
6 (木)	ごはん ピーマンと竹の子の中華炒め ひじきの和え物 なすのみそ汁	米、コーンフレーク	牛乳、豚肉、 ちくわ、凍り豆腐	たまねぎ、たけのこ、なす、 ピーマン、にんじん、 きゅうり、コーン、 ひじき、パナソ	エネルギー 491 kcal たんぱく質 17.7 g 脂質 12.6 g 食塩 2.2 g	24 (月)	ごはん さばの塩焼き キャベツの炒め煮 もやしのみそ汁	米、しらたき	牛乳、さば、 油揚げ	オレンジ、キャベツ、もやし、 にんじん、にら、いんげん	エネルギー 449 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 17.0 g 食塩 1.3 g
7 (金)	食パン 鶏肉の南蛮漬け かぼちゃサラダ チンゲンサイとえのきのスープ	パン	牛乳、鶏肉、豆腐	かぼちゃ、チンゲンサイ、 きゅうり、ピーマン、 たまねぎ、えのきたけ、 ねぎ、にんじん	エネルギー 547 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 24.1 g 食塩 2.6 g	25 (火)	ごはん シュウマイ 昆布の煮物 キャベツのみそ汁	米	牛乳、豚肉、 油揚げ、きな粉	たまねぎ、キャベツ、 かぼちゃ、にんじん、 えのきたけ、ごんぼ、わかめ	エネルギー 509 kcal たんぱく質 18.0 g 脂質 15.5 g 食塩 1.5 g
8 (土)	ごはん 豚肉の生姜炒り ブロッコリーとコーンのソテー じゃが芋のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豚肉	たまねぎ、ブロッコリー、 コーン、わかめ	エネルギー 415 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 15.4 g 食塩 1.4 g	26 (水)	ごはん 厚揚げのみそ炒め 小松菜のおかかあえ わかめのみそ汁	米	牛乳、生揚げ、 豚肉、チーズ、 ハム、凍り豆腐	たまねぎ、だいこん、 こまつな、キャベツ、 にんじん、ねぎ、ピーマン、 わかめ	エネルギー 473 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 17.8 g 食塩 1.8 g
10 (月)	ごはん あじの香り焼き チンゲン菜のとうもろ炒め だいこんのみそ汁	米、さつまいも、 じゃがいも	牛乳、豆腐、あじ	チンゲンサイ、だいこん、 えのきたけ、にんじん、ねぎ	エネルギー 477 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 12.7 g 食塩 1.4 g	27 (木)	ビビンバ 切干大根のサラダ はるさめスープ	米、はるさめ	牛乳、豚肉、鶏肉、 卵	もやし、ほうれんそう、 キャベツ、にんじん、ねぎ、 きゅうり、だいこん、りんご	エネルギー 521 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 17.9 g 食塩 1.5 g
11 (火)	山の日					28 (金)	食パン レバーのかわりあげ きゅうりともやしの酢の物 野菜コンソース	パン、じゃがいも	牛乳、レバー、豆腐	もやし、たまねぎ、きゅうり、 にんじん、コーン	エネルギー 498 kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 20.5 g 食塩 2.3 g
12 (水)	ごはん 肉じゃが ほうれん草とえのき茸のお浸し 豆腐のみそ汁	米、じゃがいも	牛乳、豆腐、豚肉、 油揚げ	ほうれんそう、たまねぎ、 にんじん、えのきたけ、 きぬさや、わかめ	エネルギー 512 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 17.7 g 食塩 1.5 g	29 (土)	かえてフェスタ				
13 (木)	焼きうどん こまつなのツナ酢和え わかめスープ	うどん	牛乳、豆腐、豚肉、 ツナ	こまつな、キャベツ、 たまねぎ、にんじん、ねぎ、 コーン、わかめ	エネルギー 441 kcal たんぱく質 18.6 g 脂質 20.6 g 食塩 2.1 g	31 (月)	ごはん 鮭のネギソース トマトのツナ和え こまつなのみそ汁	米	牛乳、さけ、 豆腐、ツナ	トマト、きゅうり、たまねぎ、 こまつな、ねぎ、えのきたけ、 わかめ	エネルギー 470 kcal たんぱく質 20.2 g 脂質 11.4 g 食塩 1.8 g
14 (金)	ごはん ミックスフライ、ゆでブロッコリー ひじきの煮物 切干大根のみそ汁	米、焼豆、 じゃがいも	牛乳、油揚げ、豚肉	たまねぎ、ブロッコリー、 にんじん、いんげん、 だいこん、ひじき	エネルギー 529 kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 14.9 g 食塩 1.8 g						
15 (土)	ツナのハヤシライス 焼きかぼちゃ わかめスープ	米、じゃがいも	牛乳、ツナ、 凍り豆腐	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、ねぎ、わかめ	エネルギー 498 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 16.3 g 食塩 2.3 g						
17 (月)	ごはん 納豆 ぶりの竜田揚げ はるさめサラダ こまつなのみそ汁	米、はるさめ	牛乳、ぶり、納豆、 ベーコン	トマト、こまつな、 きゅうり、えのきたけ、 わかめ、りんご、あおのり	エネルギー 533 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 20.9 g 食塩 1.4 g						
18 (火)	ごはん マーボーなす もやしのごま塩あえ 鶏肉の中華スープ	米、さつまいも	牛乳、豆腐、豚肉、 鶏肉	なす、もやし、にんじん、 ほうれんそう、ねぎ、 えのきたけ、チンゲンサイ、 パイン、もも	エネルギー 506 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 17.7 g 食塩 1.6 g						

食材の都合により献立に変更が生じる場合があります。変更があった際は追って連絡いたします。
8月27日(木)は誕生会メニューです。



KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS

