

令和7年		8月分		3歳未満児献立表		かすみ台第二保育園	
日／曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
1 ／ 金	ふりかけごはん 豆腐のかきたまスープ 茄子と豚肉のみそ炒め 野菜の中華あえ ゼリー	精白米／かたくり粉／三温糖／ごま油／ごま(いり)／三温糖／オレンジゼリー／とうもろこし	牛乳／絹ごし豆腐／★たまご／豚小間／豚ばら(脂身付)／カニカマ卵なし	にら／なす／玉葱／さやいんげん／おろしにんにく(チューブ)／こまつな／にんじん／だいずもやし	牛乳 ☆ゆでとうもろこし	エネルギー 521 kcal たんぱく質 21.6 g	
					牛乳	脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.3 g	
2 ／ 土	中華丼 鶏そぼろスープ もやしのナムル 果物(バナナ)	精白米／ごま油／かたくり粉／とうもろこし缶詰(クリーム)／ごま(いり)／三温糖／ホットケーキmix(森永)	牛乳／豚小間／むきえび／鶏若鶏肉ひき肉／カニカマ卵なし	はくさい／にんじん／たけのこ(ゆで)／玉葱／ﾌﾗｯｸｽﾊﾟﾓやし／きゅうり／バナナ／日本かぼちゃ	牛乳 ☆パンブキン蒸しパン	エネルギー 492 kcal たんぱく質 21.0 g	
					牛乳	脂 質 15.1 g 食塩相当量 2.0 g	
4 ／ 月	納豆ご飯 味噌汁 ひじきつくね 塩昆布キャベツ 果物(オレンジ)	精白米／かたくり粉／三温糖／ごま油／薄力粉／強力粉／無塩バター／グラニュー糖／★チョコチップ	牛乳／★挽きわり納豆／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／鶏若鶏肉ひき肉／干ひじき(ｽﾃｰﾙﾐﾝﾍﾞﾝ、乾)／ﾌｼﾞｺの塩昆布／★たまご	玉葱／えだまめ／にんじん／しょうが／キャベツ／きゅうり／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆ビスコッティー	エネルギー 503 kcal たんぱく質 20.1 g	
					牛乳	脂 質 18.8 g 食塩相当量 1.1 g	
5 ／ 火	ごはん すいとん汁 かじきの酢豚風 わかめサラダ 果物(バナナ)	精白米／じゃがいも／薄力粉／かたくり粉／サラダ油／三温糖／ごま油／三温糖／食パン(ミミなし)／★パン粉(生)	牛乳／豚小間／削り節(マルモト)／まかじき(ﾌﾞｯ)／ハム(無添加)／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／豚ひき肉	玉葱／こまつな／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／青ピーマン／たけのこ(ゆで)／キャベツ／きゅうり／バナナ	牛乳 ☆手作りカレーパン	エネルギー 500 kcal たんぱく質 21.3 g	
					牛乳	脂 質 17.3 g 食塩相当量 1.8 g	
6 ／ 水	きつねうどん チキンナゲット パンパンジーサラダ 果物(すいか)	うどん(ゆで)／三温糖／サラダ油／ごま(いり)／三温糖／ごま油／マシュマロ／無塩バター／コーンフレーク／フルーツグラノーラ	牛乳／削り節(マルモト)／油揚げ／鶏若鶏肉胸(皮なし)	ほうれんそう／葉ねぎ／きゅうり／りよくとうもろやし／トマト／小玉すいか	牛乳 ☆マシュマロおこし	エネルギー 460 kcal たんぱく質 19.2 g	
					牛乳	脂 質 20.1 g 食塩相当量 1.7 g	
7 ／ 木	ソースカツ丼 味噌汁 野菜のじゃこあえ 果物(デラウェア)	精白米／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／三温糖／ごま油／ぎょうざの皮／じゃがいも／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	牛乳／豚ひれ／油揚げ／削り節(マルモト)／ちりめんじゃこ／のもののむヨーグルト／ウィンナー(無添加)／ピザ用チーズ	キャベツ／なす／ねぎ／こまつな／にんじん／ﾃﾗｳｴｱ／玉葱	飲むヨーグルト ☆カリカリピザ	エネルギー 476 kcal たんぱく質 23.2 g	
					牛乳	脂 質 14.3 g 食塩相当量 1.8 g	
8 ／ 金	麦ごはん 豚汁 鰯の梅肉ソース 青菜の醤油マヨ和え 果物(バナナ)	精白米／押し麦／じゃがいも／糸こんにゃく／かたくり粉／サラダ油／三温糖／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／★フルーチェ	牛乳／豚ばら(脂身付)／削り節(マルモト)／まあじ／だしパック無添加だし／カニカマ卵なし	にんじん／だいこん／玉葱／ごぼう／紀州梅 B／ほうれんそう／こまつな／バナナ	麦茶 ☆フルーチェ	エネルギー 489 kcal たんぱく質 20.0 g	
					牛乳	脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.7 g	
9 ／ 土	スパゲティーナボリタン コーンとひき肉のスープ ブロッコリーサラダ 果物(バナナ)	スパゲッティ／サラダ油／とうもろこし缶詰(ｸﾘｰﾑ)／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／精白米	牛乳／ウィンナー(無添加)／鶏若鶏肉ひき肉／甘塩鮭／若布ごはんの素	にんじん／青ピーマン／玉葱／ブロッコリー／きゅうり／キャベツ／バナナ	麦茶 ☆鮭おにぎり	エネルギー 497 kcal たんぱく質 16.3 g	
					牛乳	脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.6 g	
12 ／ 火	五分づき米 なめこの味噌汁 肉団子の甘辛煮 ひじきの和風和え 果物(すいか)	水稻穀粒(半つき米)／パン粉(乾燥)／三温糖／かたくり粉／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／ごま(いり)／じゃがいも／薄力粉／サラダ油	牛乳／絹ごし豆腐／削り節(マルモト)／豚ひき肉／★調製豆乳／干ひじき(ｽﾃｰﾙﾐﾝﾍﾞﾝ、乾)／ハム(無添加)／手もみ造り本かつお節	なめこ／長ねぎ／にんじん／玉葱／ほうれんそう／小玉すいか	牛乳 ☆味噌ポテト	エネルギー 469 kcal たんぱく質 21.9 g	
					牛乳	脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.8 g	
13 ／ 水	ガリパチキン丼 味噌汁 じゃこと青菜の煮びたし 果物(バナナ)	精白米／じゃがいも／無塩バター／三温糖／メープルシロップ／ホットケーキmix(森永)／無塩バター	牛乳／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ひとえぐさ(素干し)／削り節(マルモト)／ちりめんじゃこ／★たまご／生クリーム	にんじん／玉葱／おろしにんにく(チューブ)／にんじん／こまつな／バナナ	牛乳 ☆メープルカップケーキ	エネルギー 502 kcal たんぱく質 19.5 g	
					牛乳	脂 質 18.5 g 食塩相当量 1.9 g	
14 ／ 木	若布ご飯 とうがんとスープ 豆腐の焼きボール 豚しゃぶﾗﾗｸﾞ 果物(オレンジ)	精白米／かたくり粉／ごま(いり)／三温糖／ごま油／黒糖蒸しパンmix	牛乳／若布ごはんの素／豚ばら(脂身付)／しほり豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／干ひじき(ｽﾃｰﾙﾐﾝﾍﾞﾝ、乾)／豚ロース(赤肉)	とうがんと／にんじん／むきえだまめ(冷凍)／たけのこ(ゆで)／玉葱／キャベツ／きゅうり／パレンシアオレンジ／西洋かぼちゃ	牛乳 ☆黒糖蒸しパン	エネルギー 506 kcal たんぱく質 22.2 g	
					牛乳	脂 質 17.6 g 食塩相当量 1.5 g	
15 ／ 金	親子丼 味噌汁 春雨のあえもの 果物(オレンジ)	精白米／三温糖／じゃがいも／普通はるさめ(乾)／ごま(いり)／ごま油／塩せんべい／★ハードビスケット	牛乳／鶏若鶏肉ひき肉／鶏小間／削り節(マルモト)／★たまご／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ハム(無添加)	玉葱／きゅうり／にんじん／パレンシアオレンジ	牛乳 せんべい、クッキー	エネルギー 513 kcal たんぱく質 20.9 g	
					牛乳	脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.9 g	
16 ／ 土	そぼろごはん 味噌汁 豆サラダ ヨーグルト	精白米／三温糖／サラダ油／じゃがいも／塩せんべい／★ハードビスケット	牛乳／豚ひき肉／たら(でんぷ)／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／大豆(国産、ゆで)／ハム(無添加)／おなかにおいしいﾎｰｸﾞﾙﾄ	しょうが／にんじん／きゅうり／キャベツ	牛乳 せんべい、クッキー	エネルギー 512 kcal たんぱく質 22.8 g	
					牛乳	脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.8 g	

令和7年		8月分		3歳未満児献立表		かすみ台第二保育園	
日／曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
18 ／ 月	夏野菜カレー キャベツスープ リボンサラダ ゼリー	精白米／マカロニ(ﾌｧﾙﾌｧﾙ)／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／グレープゼリー／ホットケーキmix(森永)／サラダ油／メープルシロップ	牛乳／豚ひき肉／ﾎｰｺﾝ(無添加)／ツナフレークレトルト	にんじん／玉葱／西洋かぼちゃ／なす／トマト／ビュレ／キャベツ／きゅうり	牛乳 ☆ホットケーキ	エネルギー 490 kcal たんぱく質 16.4 g	
					牛乳	脂 質 16.1 g 食塩相当量 2.1 g	
19 ／ 火	ジャージャーめん きのこスープ 蒸し鶏と野菜のｺﾞﾏ和え 果物(オレンジ)	中華めん(ゆで)／三温糖／ごま油／かたくり粉／白すり胡麻／ｺｯﾍﾟﾊﾞﾝ(大)／サラダ油／三温糖	牛乳／豚ひき肉／鶏若鶏肉ささ身／きな粉(大豆)	玉葱／にんじん／きゅうり／えのきたけ／ほんしめじ／キャベツ／りよくとうもやし／こまつな／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆揚げパン	エネルギー 502 kcal たんぱく質 23.2 g	
					牛乳	脂 質 20.1 g 食塩相当量 1.9 g	
20 ／ 水	ひじきご飯 味噌汁 チキン南蛮 ごま味噌和え 果物(ピオーネ)	精白米／サラダ油／三温糖／かたくり粉／三温糖／白すり胡麻／いちごジャム／★ソフトビスケット	牛乳／干ひじき(ｽﾃｰﾙﾐﾝﾍﾞﾝ、乾)／鶏小間／油揚げ／削り節(マルモト)／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／★たまご／ﾌﾙｶﾞﾘｱヨーグルト／クリームチーズ／生ｸﾘｰﾑ／ゼラチン	にんじん／まいたけ／玉葱／キャベツ／ほうれんそう／ﾌﾗｯｸｽﾓﾔｼ／ピオーネ	麦茶 ☆レアチーズケーキ	エネルギー 477 kcal たんぱく質 19.4 g	
					牛乳	脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.5 g	
21 ／ 木	ツナピラフ かぼちゃの豆乳スープ ジャーマンオムレツ キャベツサラダ 果物(梨)	精白米／有塩バター／薄力粉／じゃがいも／サラダ油／三温糖	牛乳／ツナフレークレトルト／★調製豆乳／★たまご／ﾎｰｺﾝ(無添加)／ハム(無添加)／フランクフルト(無添加)	にんじん／玉葱／パセリ／西洋かぼちゃ／むきえだまめ(冷凍)／きゅうり／キャベツ／レッドキャベツ／日本なし	牛乳 フランクフルト	エネルギー 461 kcal たんぱく質 20.6 g	
					牛乳	脂 質 19.3 g 食塩相当量 2.0 g	
22 ／ 金	バターロールパン オニオンスープ ポークビーンズ フレンチサラダ 果物(バナナ)	ロールパン／有塩バター／じゃがいも／三温糖／サラダ油／★マリービスケット／三温糖	牛乳／豚小間／大豆(国産、ゆで)／ハム(無添加)／生ｸﾘｰﾑ	玉葱／にんじん／トマト缶詰(ﾀｲｽ)／ﾄﾏﾄﾋﾞﾅｰﾚ／きゅうり／キャベツ／バナナ	麦茶 ☆ビスケットケーキ	エネルギー 456 kcal たんぱく質 15.0 g	
					牛乳	脂 質 27.4 g 食塩相当量 1.7 g	
23 ／ 土	チキンライス トマトスープ ハムサラダ プリン	精白米／サラダ油／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)／三温糖／ごま油／★とろけるﾌﾞﾘﾝ(乳・卵・大)／じゃがいも	牛乳／鶏小間／ﾎｰｺﾝ(無添加)／ハム(無添加)	玉葱／にんじん／トマト缶詰(ﾀｲｽ)／キャベツ／きゅうり／ブロッコリー	牛乳 ☆ゆでじゃがいも	エネルギー 507 kcal たんぱく質 18.4 g	
					牛乳	脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.8 g	
25 ／ 月	ドライカレー 中華風コーンスープ シュフレサラダ 果物(オレンジ)	精白米／サラダ油／とうもろこし缶詰(ｸﾘｰﾑ)／かたくり粉／三温糖／ごま油／食パン ⑧	牛乳／豚ひき肉／鶏若鶏肉ひき肉／★たまご／ハム(無添加)／★たまご	玉葱／にんじん／青ピーマン／おろしにんにく(チューブ)／しょうが／ねぎ／きゅうり／キャベツ／パレンシアオレンジ	牛乳 ☆たまごサンド	エネルギー 508 kcal たんぱく質 20.2 g	
					牛乳	脂 質 22.1 g 食塩相当量 2.1 g	
26 ／ 火	焼肉丼 味噌汁 キャベツのおかかあえ ヨーグルト	精白米／ホットケーキmix(昭和)／無塩バター／グラニュー糖／アーモンドプードル／はちみつ	牛乳／豚小間／豚ロース(ｽﾗｲｽ)／油揚げ／削り節(マルモト)／手もみ造り本かつお節／十勝ヨーグルト／★たまご	玉葱／にら／こまつな／キャベツ／きゅうり／にんじん／レモン	牛乳 ☆マドレーヌ	エネルギー 551 kcal たんぱく質 22.3 g	
					牛乳	脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.6 g	
27 ／ 水	磯うどん 天ぷら 蒸し鶏とトマトのサラダ 果物(バナナ)	うどん(ゆで・玉)／三温糖／薄力粉／サラダ油／ごま(いり)／三温糖／ごま油／精白米	牛乳／削り節(マルモト)／豚ばら(脂身付)／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／焼き竹輪／鶏若鶏肉胸(皮なし)／焼きのり	にんじん／玉葱／西洋かぼちゃ／きゅうり／キャベツ／トマト／バナナ	麦茶 ☆塩むすび	エネルギー 494 kcal たんぱく質 20.7 g	
					牛乳	脂 質 15.6 g 食塩相当量 1.8 g	
28 ／ 木	ごまごはん すまし汁 納豆卵焼き 肉じゃが 果物(ピオーネ)	精白米／ごま塩／花ふ／三温糖／じゃがいも／しらたき／薄力粉／無塩バター／グラニュー糖／メープルシロップ	牛乳／削り節(マルモト)／★たまご／★挽きわり納豆(冷凍)／きざみのり／豚小間	長ねぎ／玉葱／葉ねぎ／にんじん／ピオーネ／りんご(ｽﾄﾚｰｼﾞｬｰｽ)	りんごジュース ☆スコーン	エネルギー 524 kcal たんぱく質 18.8 g	
					牛乳	脂 質 17.9 g 食塩相当量 1.3 g	
29 ／ 金	しらすごはん 味噌汁 揚げ餃子 ひじきサラダ 果物(梨)	精白米／味付き白ごま／ぎょうざの皮／三温糖／サラダ油／ごま油／お好み焼き粉／とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	牛乳／しらす干し／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／削り節(マルモト)／豚ひき肉／干ひじき(ｽﾃｰﾙﾐﾝﾍﾞﾝ、乾)／カニカマ卵なし／★たまご／あおのり／手もみ造り本かつお節	まいたけ／玉葱／キャベツ／にら／しょうが／にんじん／きゅうり／日本なし／長ねぎ	牛乳 ☆お好み焼き	エネルギー 491 kcal たんぱく質 22.4 g	
					牛乳	脂 質 19.6 g 食塩相当量 1.7 g	
30 ／ 土	ハヤシライス 若布と玉葱スープ ツナサラダ ゼリー	精白米／じゃがいも／サラダ油／三温糖／グレープゼリー／食パン ⑧／無塩バター／グラニュー糖	牛乳／豚小間／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／ツナフレークレトルト	にんじん／玉葱／ねぎ／きゅうり／キャベツ	牛乳 ☆シュガートースト	エネルギー 509 kcal たんぱく質 19.0 g	
					牛乳	脂 質 15.8 g 食塩相当量 2.1 g	
(★印はアレルギー除去対象食品です) 食材の都合で献立内容を変更する場合があります。			月 平 均 栄 養 価		エネルギー 496kcal 脂 質 18.8g	タンパク質 20.3g 食塩相当量 1.7g	