

## 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／(チーブ／こまつな／にんじん／だいずもやし	牛乳 牛乳	エネルギー 521 kcal ☆ゆでとうもろこし たんぱく質 21.6 g 脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー 521 kcal ☆ゆでとうもろこし たんぱく質 21.6 g 脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.3 g
	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／三温糖／ごま油／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／アラカツマッペ／もやし／きゅうり／バナナ／日本かぼちゃ	牛乳 牛乳	エネルギー 492 kcal ☆パンブキン蒸しパン たんぱく質 21.0 g 脂 質 15.1 g 食塩相当量 2.0 g	エネルギー 492 kcal ☆パンブキン蒸しパン たんぱく質 21.0 g 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(アラカツマッペ／乾)／フジッコの塩昆布／★たまご	玉葱／えだまめ／にんじん／しようが／キャベツ／きゅうり／バレンシアオレンジ	牛乳 牛乳	エネルギー 503 kcal ☆ビスコッティー たんぱく質 20.1 g 脂 質 18.8 g 食塩相当量 1.1 g	エネルギー 503 kcal ☆ビスコッティー たんぱく質 20.1 g 脂 質 18.8 g 食塩相当量 1.1 g
	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(ミニなし)／★パン粉(生)	牛乳／豚小間／削り節(マルモト)／まかじき(ヅツ)／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／生いいたけ(菌床栽培、生)／青ビーマン／たけのこ(ゆで)／キャベツ／きゅうり／バナナ	牛乳 牛乳	エネルギー 500 kcal ☆手作りカレーパン たんぱく質 21.3 g 脂 質 17.3 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 500 kcal ☆手作りカレーパン たんぱく質 21.3 g 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／マッシュマロ／無塩バター／コーンフレーク／フルーツグローラ	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／りょくとうもやし／トマト／小玉すいか	牛乳 牛乳	エネルギー 460 kcal ☆マッシュマロおこし たんぱく質 19.2 g 脂 質 20.1 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 460 kcal ☆マッシュマロおこし たんぱく質 19.2 g 脂 質 20.1 g 食塩相当量 1.7 g
	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／のむのむ／ヨーグルト／ウインナー(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／デラウェア／玉葱	飲むヨーグルト 牛乳	エネルギー 476 kcal ☆カリカリピザ たんぱく質 23.2 g 脂 質 14.3 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 476 kcal ☆カリカリピザ たんぱく質 23.2 g 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／どうもろこし缶詰(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 牛乳	エネルギー 489 kcal ☆フルーチェ たんぱく質 20.0 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 489 kcal ☆フルーチェ たんぱく質 20.0 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.7 g
	スペ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)	スペゲッティ／サラダ油／とうもろこし缶詰(クリム)／とうもろこし缶詰(ホール)／精白米	牛乳／ウインナー(無添加)／鶏若鶏肉ひき肉／甘塩鮭／若布ごはんの素	にんじん／青ビーマン／玉葱／鮭おにぎり	麦茶 牛乳	エネルギー 497 kcal たんぱく質 16.3 g 脂 質 15.3 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 497 kcal たんぱく質 16.3 g 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)	水稻穀粉(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(アラカツマッペ／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 牛乳	エネルギー 469 kcal ☆味噌ポテト たんぱく質 21.9 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 469 kcal ☆味噌ポテト たんぱく質 21.9 g 脂 質 17.2 g 食塩相当量 1.8 g
	ガリバタチキン丼 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／生刈り	にんじん／玉葱／おろし／にんにく／(チーブ／にんじん／こまつな／banana	牛乳 牛乳	エネルギー 502 kcal ☆メープルカップケーキ たんぱく質 19.5 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 502 kcal ☆メープルカップケーキ たんぱく質 19.5 g 脂 質 18.5 g 食塩相当量 1.9 g
14 木	若布ご飯 とうがんスープ 豆腐の焼きボール 豚しゃぶサラダ 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)／しづり豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／干ひじき(アラカツマッペ／乾)／豚ロース(赤肉)	とうがん／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／バレンシアオレンジ／西洋かぼちゃ	牛乳 牛乳	エネルギー 506 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 1.5 g	エネルギー 506 kcal たんぱく質 22.2 g 脂 質 17.6 g 食塩相当量 1.5 g
	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／バレンシアオレンジ	牛乳 牛乳	エネルギー 513 kcal せんべい、クッキー たんぱく質 20.9 g 脂 質 15.5 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 513 kcal せんべい、クッキー たんぱく質 20.9 g 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／たらでんぶ／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／(マルモト)／大豆(国産)／ハム(無添加)	しょうが／にんじん／きゅうり／キャベツ	牛乳 牛乳	エネルギー 512 kcal せんべい、クッキー たんぱく質 22.8 g 脂 質 20.5 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 512 kcal せんべい、クッキー たんぱく質 22.8 g 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／ペーパー(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／トマトピューレ／キャベツ／きゅうり	牛乳 牛乳	エネルギー 490 kcal ☆ホットケーキ たんぱく質 16.4 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 490 kcal ☆ホットケーキ たんぱく質 16.4 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 2.1 g
	19 火	ジャージャーメン きのこスープ 蒸し鶏と野菜のゴマ和え 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／コッペパン(大)／サラダ油／三温糖	玉葱／にんじん／きゅうり／えのきだけ／ほんしめじ／キャベツ／りょくとうもやし／こまつな／バレンシアオレンジ	牛乳 牛乳	エネルギー 502 kcal ☆揚げパン たんぱく質 23.2 g 脂 質 20.1 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 502 kcal ☆揚げパン たんぱく質 23.2 g 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／金、乾)／鶏小間／油揚げ／削り節(マルモト)／ジャム／★ソフトビスケット	牛乳／干ひじき(ステルス金、乾)／鶏小間／油揚げ／削り節(マルモト)／ジャム／★ソフトビスケット	にんじん／まいたけ／玉葱／キヤベツ／ほうれんそう／アラカツマッペ／もやし／ピオーネ	麦茶 牛乳	エネルギー 477 kcal ☆レアチーズケーキ たんぱく質 19.4 g 脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.5 g	エネルギー 477 kcal ☆レアチーズケーキ たんぱく質 19.4 g 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／ジャード豆乳／★アーモンドミックスケット	牛乳／ツナフレークレトルト／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	牛乳 牛乳	エネルギー 461 kcal ☆フランクフルト たんぱく質 20.6 g 脂 質 19.3 g 食塩相当量 2.0 g	エネルギー 461 kcal ☆フランクフルト たんぱく質 20.6 g 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／ジャード豆乳／★アーモンドミックスケット／三温糖	牛乳／豚小間／大豆(国産)／ハム／生クリーム	玉葱／にんじん／トマト缶詰(ダイス)／トマトピューレ／きゅうり／キャベツ／バナナ	麦茶 牛乳	エネルギー 456 kcal ☆ビスケットケーキ たんぱく質 15.0 g 脂 質 27.4 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 456 kcal ☆ビスケットケーキ たんぱく質 15.0 g 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／★とろけるプリン(乳・卵・大／じやがいも)	牛乳／鶏小間／ペーパー(無添加)／ハム(無添加)／とろけるプリン(乳・卵・大／じやがいも)	牛乳 牛乳	エネルギー 507 kcal ☆ゆでじゃがいも たんぱく質 18.4 g 脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 507 kcal ☆ゆでじゃがいも たんぱく質 18.4 g 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(クリム)／三温糖／ごま油／★とろけるプリン(乳・卵・大／じやがいも)	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／青ビーマン／おろし／にんじん／トマト缶詰(クリム)／トマトピューレ／きゅうり／キャベツ／バレンシアオレンジ	牛乳 牛乳	エネルギー 508 kcal ☆たまごサンド たんぱく質 20.2 g 脂 質 22.1 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 508 kcal ☆たまごサンド たんぱく質 20.2 g 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／アーモンドブードル／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	牛乳 牛乳	エネルギー 551 kcal ☆マドレーヌ たんぱく質 22.3 g 脂 質 23.0 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 551 kcal ☆マドレーヌ たんぱく質 22.3 g 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					