

令和 7 年



8月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 金	牛乳	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き ブロッコリーのサラダ トマトスープ	お茶 昆布おにぎり	牛乳・鶏もも(皮なし)・ ベーコン	ロールパン・マヨドレ・米・ いりごま	マーマレードジャム・ゆでブ ロッコリー・にんじん・コー ン・キャベツ・たまねぎ・な す・トマトピューレ・塩昆布
2 土	牛乳	焼きそば もやしと海苔のナムル チンゲン菜のスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・かつお 節・鶏むね(皮なし)	中華めん・油・ごま・ごま油	たまねぎ・キャベツ・にんじ ん・あおのり・もやし・ほうれ んそう・焼きのり・チンゲンサ イ
4 月	牛乳	ご飯 豆腐入り松風焼き 春雨サラダ けんちん汁 パイン缶	牛乳 レモンケーキ	牛乳・鶏ひき肉・豆 腐・鶏卵・麦みそ・か にかまぼこ・油揚げ・ 豆乳	米・生パン粉・はるさめ・砂 糖・ごま油・さといも・ホッ トケーキミックス・油	たまねぎ・にんじん・あおの り・きゅうり・ごぼう・パイン アップル缶詰・レモン果汁
5 火	牛乳	ご飯 鮭の塩焼き ひじきのサラダ 冬瓜と鶏肉のスープ	お茶 みかんコーンフレーク	牛乳・さけ・まぐろ水 煮缶詰・若鶏もも	米・コーンフレーク・砂糖	乾ひじき・キャベツ・きゅう り・とうがん・長ねぎ・にんじ ん・みかん缶詰
6 水	牛乳	和風スパゲティ マセドアンサラダ レタスのスープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・ツナ缶・ロース ハム・絹ごし豆腐・油 揚げ	マカロニ・スパゲティ・油・ じゃがいも・マヨドレ・米	冷凍ほうれんそう・たまねぎ・ しめじ・きゅうり・にんじん・ レタス・黄パプリカ・ごぼう
7 木	牛乳	ご飯 あじの梅味噌焼き チンゲン菜のこま和え かぼちゃのスープ すいか	お茶 フルーツヨーグルト和え	牛乳・あじ・麦みそ・ プレーンヨーグルト	米・砂糖・油・ごま	梅干し・チンゲンサイ・にんじ ん・くりかぼちゃ・たまねぎ・ えのきたけ・すいか・白桃缶・ パインアップル缶詰
8 金	牛乳	焼き豚チャーハン マカロニサラダ 小松菜のスープ	牛乳 黒ゴマちゃんすこう	牛乳・焼き豚・まぐろ 水煮缶詰	米・油・マカロニ・スパゲ ティ・マヨドレ・薄力粉・砂 糖・ごま	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ きゅうり・にんじん・ごま な・しめじ
9 土	牛乳	豚丼 のり塩ポテト もやしスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたもも(皮脂無)	米・油・砂糖・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・あおの り・もやし・ほうれんそう・黄 パプリカ
12 火	牛乳	食パン 鶏肉のカレー焼き スパゲティサラダ ポトフ風スープ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳・鶏むね(皮なし)・ ツナ缶	食パン・薄力粉・油・マカロ ニ・スパゲティ・マヨドレ・ じゃがいも・米・いりごま	きゅうり・にんじん・キャベ ツ・たまねぎ・にんじん・菜飯 の素
13 水	牛乳	豆腐とひじきのそぼろ丼 アスパラとしらすのサラダ オクラの味噌汁	牛乳 麩のきなこラスク	牛乳・鶏ひき肉・豆 腐・油揚げ・しらす干 し・麦みそ・きな粉	米・油・砂糖・釜焼きふ・有 塩バター・グラニュー糖	きゅうり・にんじん・キャベ ツ・たまねぎ・にんじん・菜飯 の素
14 木	牛乳	ご飯 さばの味噌煮 大根のおかかサラダ にら玉スープ メロン	牛乳 ココアケーキ	牛乳・さば・麦みそ・ かつお節・鶏卵・豆乳	米・砂糖・油・ホットケーキ ミックス	しょうが・だいこん・きゅう り・にんじん・にら・たまね ぎ・メロン
15 金	牛乳	お弁当	牛乳 お菓子	牛乳	コーンスナック	
16 土	牛乳	焼き鳥丼 かぼちゃの煮物 セロリのスープ	牛乳 お菓子	牛乳・鶏もも(皮なし)	米・片栗粉・油・砂糖・コー ンスナック	長ねぎ・あおのり・くりかぼ ちゃ・セロリー・もやし・しめ じ

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μg)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	457	17.8	16.1	234	1.5	161	0.24	0.33	19	3.2	1.5
3歳以上	503	20.4	16	194	1.9	178	0.29	0.32	24	4.1	1.8



令和 7 年

8月 給食献立表

五条くじら小規模保育園

日 曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18 月	牛乳	ひき肉カレー キャロットラペ ヨーグルト	お茶 コーンフレックスナック	牛乳・ぶたひき肉・ ヨーグルト	米・じゃがいも・油・砂糖・ コーンフレーク・マシュマ ロ・無塩バター	たまねぎ・にんじん・にんじ ん・きゅうり・コーン
19 火	牛乳	シューシー タラのからあげ きゅうりの中華サラダ もずく味噌汁	牛乳 こしあんケーキ	牛乳・ぶたばら・た ら・生揚げ・麦みそ・ こしあん・豆乳	米・片栗粉・油・砂糖・ごま 油・ホットケーキミックス	乾しいたけ・にんじん・刻み昆 布・しょうが・ゆでブロッコ リー・きゅうり・にんじん・も ずく・たまねぎ
20 水	牛乳	★食育献立（沖縄県の郷土料理） ご飯 ホークチャップ ポテトサラダ はくさいスープ	お茶 桃入りフルーチェ	牛乳・ぶた肉・ロース ハム	米・薄力粉・油・じゃがい も・マヨドレ・フルーチェ	たまねぎ・青ピーマン・マッ シュルーム水煮缶・トマトケ チャップ・きゅうり・にんじ ん・はくさい・生しいたけ・白 桃缶
21 木	牛乳	中華丼ぶり 春雨サラダ わかめスープ	牛乳 みかん蒸しパン	牛乳・ぶた肉・かにか まぼこ	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ はるさめ・ホットケーキミッ クス・油	たまねぎ・はくさい・たけのこ 水煮缶詰・にんじん・乾しいた け・しょうが・にんにく・ゆで ブロッコリー・きゅうり・カッ トわかめ・コーン・オレンジ ジュース・みかん缶詰
22 金	牛乳	ロールパン バーベキューチキン アスパラサラダ ミルクスープ	お茶 ゆかりと枝豆のおにぎり	牛乳・若鶏もも・まぐ ろ水煮缶詰・ウイン ナーソーセージ	ロールパン・砂糖・油・米	しょうが・たまねぎ・トマトケ チャップ・アスパラガス・キャ ベツ・にんじん・くりかぼ ちゃ・えだまめ(冷凍)
23 土	牛乳	じゃじゃご飯 キャベツのスープ フルーツゼリー	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたひき肉・赤 色辛みそ	米・ごま油・砂糖・片栗粉・ ゼリー	たまねぎ・乾しいたけ・しょう が・グリーンピース・キャベツ・ にんじん
25 月	牛乳	ご飯 カレイのチヌ 焼き ほうれん草のナムル なすの味噌汁	牛乳 きな粉バナナ	牛乳・まがれい・チー ズ・油揚げ・麦みそ・ きな粉	米・ごま油・いりごま・砂糖	ほうれんそう・だいずもやし・ にんじん・コーン・なす・たま ねぎ・バナナ
26 火	牛乳	ご飯 さわらの煮つけ もやしと竹輪のサラダ 麩の味噌汁 みかん缶	お茶 フレンチトースト	牛乳・さわら・ちく わ・麦みそ・鶏卵	米・砂糖・手まり麩・さとい も・食パン	もやし・きゅうり・にんじん・ だいこん・青ねぎ・みかん缶詰
27 水	牛乳	磯うどん かぼちゃのサラダ すいか	お茶 鮭おにぎり	牛乳・ぶた肉・ロース ハム・さけ缶詰	ゆでうどん・マヨドレ・米	カットわかめ・長ねぎ・しめ じ・にんじん・くりかぼちゃ・ きゅうり・すいか
28 木	牛乳	ケチャップライス 鶏肉のコーンフレーク焼き 切干大根のサラダ コンソメスープ ヤクルト ★誕生会メニュー	お茶 プリンアラモード	牛乳・ベーコン・若鶏 もも皮なし・まぐろ水 煮缶詰・ヤクルト	米・油・マヨドレ・コーンフ レーク・プリン・ホイップク リーム	たまねぎ・冷凍ミックスベジタ ブル・トマトケチャップ・切干 しだいこん・きゅうり・冷凍ほ うれんそう・黄パプリカ・みか ん缶詰・メロン
29 金	牛乳	黒糖ロール サンドリーチキン ひじきと大豆のサラダ とうがんのスープ	お茶 おかかおにぎり	牛乳・若鶏もも皮な し・プレーンヨーグル ト・大豆水煮缶詰・ウ ィンナーソーセージ・ 削り節	パン・油・マヨドレ・米	トマトケチャップ・乾ひじき・ キャベツ・きゅうり・とうが ん・たまねぎ・にんじん
30 土	牛乳	ハヤシライス ツナサラダ バナナ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・ツナ缶	米・油・じゃがいも・砂糖	たまねぎ・にんじん・しめじ・ グリーンピース・ゆでブロッコ リー・バナナ



離乳食後期 献立表

令和 7年8月

五条くじら小規模保育園

日付	献立名			食品名
	AMおやつ	昼食	PMおやつ	
01 (金)	お茶	食パン・鶏肉とキャベツの煮物・ブロッコリースティック・なすのスープ	あおさ粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・なす・たまねぎ・米・あおさ
02 (土)	お茶	軟飯・しらすとほうれん草の煮物・にんじんスティック・チンゲン菜の中華スープ	米菓	・麦茶・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・チンゲンサイ・たまねぎ・鶏がらだし・食塩・せんべい
04 (月)	お茶	軟飯・豆腐と鶏肉の味噌煮・きゅうりスティック・玉ねぎスープ	白蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・豆乳・油・砂糖
05 (火)	お茶	軟飯・鮭とキャベツの煮物・きゅうりスティック・冬瓜スープ	みかん缶	・麦茶・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・とうがん・にんじん・鶏がらだし・薄口しょうゆ・麦茶・みかん缶詰
06 (水)	お茶	軟飯・しらすとほうれん草の煮物・じゃが芋スティック・お豆腐スープ	にんじん粥	・麦茶・米・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・じゃがいも・絹ごし豆腐・にんじん・薄口しょうゆ・麦茶
07 (木)	お茶	軟飯・たいとチンゲン菜の煮物・にんじんスティック・かぼちゃのスープ	すいか	・麦茶・米・たい・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・くりかぼちゃ・たまねぎ・薄口しょうゆ・麦茶・すいか
08 (金)	お茶	鶏雑炊・きゅうりスティック・小松菜スープ	赤ちゃんクッキー	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・こまつな・鶏がらだし・薄口しょうゆ・やきいもクッキー
09 (土)	お茶	鶏肉と玉ねぎの雑炊・じゃが芋スティック・ほうれん草の中華スープ	赤ちゃんせんべい	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・じゃがいも・ほうれんそう・ブイヨン・薄口しょうゆ
12 (火)	お茶	食パン・鶏肉とキャベツの煮物・にんじんスティック・ポトフ風スープ	なめし粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ブイヨン・米・菜飯の素
13 (水)	お茶	豆腐とひき肉の雑炊・アスパラスティック・ブロッコリースープ	麩のきなこラスク	・麦茶・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・アスパラガス・ゆでブロッコリー・たまねぎ・薄口しょうゆ・醤油きい・有塩バター・グラニュー糖・きな粉
14 (木)	お茶	軟飯・サケの味噌煮・大根スティック・人参スープ	プレーンケーキ	・麦茶・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・麦みそ・片栗粉・だいこん・にんじん・薄口しょうゆ・ホットケーキミックス・豆乳・砂糖・油
15 (金)	お茶	お弁当	ベビースナック	・麦茶・コーンスナック
16 (土)	お茶	しらすとほうれん草の雑炊・ブロッコリースティック・かぼちゃスープ	ベビースナック	・麦茶・米・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・くりかぼちゃ・コーンスナック
18 (月)	お茶	とり雑炊・ほうれん草スープ・ベビーヨーグルト	ビスケット	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ほうれんそう・にんじん・ヨーグルト・麦茶・ビスケット
19 (火)	お茶	軟飯・タラとブロッコリーの煮物・きゅうりスティック・玉ねぎの味噌汁	アスパラベビー	・麦茶・米・たら・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・たまねぎ・麦みそ・アスパラガスベビー
20 (水)	お茶	軟飯・鶏肉のケチャップ煮・にんじんスティック・白菜の中華スープ	赤ちゃんせんべい	・麦茶・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・トマトケチャップ・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・はくさい・鶏がらだし・薄口しょうゆ・麦茶・せんべい
21 (木)	お茶	和風あんかけ丼・ブロッコリースティック・にんじんスープ	みかん蒸しパン	・麦茶・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・ゆでブロッコリー・鶏がらだし・ホットケーキミックス・オレンジジュース・みかん缶詰・砂糖・油
22 (金)	お茶	食パン・豚肉とキャベツの中華煮・アスパラスティック・かぼちゃスープ	おかか粥	・麦茶・食パン・ぶたひき肉・キャベツ・たまねぎ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・アスパラガス・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・麦茶・米・かつお節
23 (土)	お茶	軟飯・豚肉とほうれん草の煮物・にんじんスティック・キャベツのスープ	米菓子	・麦茶・米・ぶたひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・鶏がらだし・薄口しょうゆ・片栗粉・にんじん・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・コーンスナック
25 (月)	お茶	軟飯・カレーとほうれん草の煮物・にんじんスティック・なすの味噌汁	赤ちゃんビスケット	・麦茶・米・まがれい・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・なす・たまねぎ・麦みそ・アンパンマンビスケット
26 (火)	お茶	軟飯・たいと大根の煮物・にんじんスティック・麩の味噌汁	おやつパン粥	・麦茶・米・たい・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・にんじん・手まり麩・ほうれんそう・麦みそ・麦茶・食パン・牛乳・砂糖
27 (水)	お茶	磯うどん・かぼちゃスティック・すいか	サケ粥	・牛乳・ゆでうどん・鶏ひき肉・にんじん・青のり・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・くりかぼちゃ・すいか・麦茶・米・さけ瓶詰
28 (木)	お茶	軟飯・鶏肉とかぼちゃの煮物・きゅうりスティック・ほうれん草スープ	みかん缶	・麦茶・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・ほうれんそう・ブイヨン・みかん缶詰
29 (金)	お茶	食パン・鶏肉とキャベツの中華煮・きゅうりスティック・とうがんスープ	おかか粥	・麦茶・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・鶏がらだし・濃口しょうゆ・片栗粉・きゅうり・とうがん・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・麦茶・米・削り節
30 (土)	お茶	しらす雑炊・ブロッコリースープ・スライスバナナ	ベビースナック	・麦茶・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・ゆでブロッコリー・ブイヨン・薄口しょうゆ・バナナ・コーンスナック



離乳食中期 献立表

令和 7年8月

五条くじら小規模保育保育園

日付	献立名 昼食	食品名
1 (金)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・なすのスープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
2 (土)	7倍粥・しらすとほうれん草の煮物・チンゲン菜のスープ	・米・しらす干し・冷凍ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ・食塩
4 (月)	7倍粥・豆腐と鶏肉の煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
5 (火)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・冬瓜スープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・とうがん・にんじん
6 (水)	7倍粥・しらすとほうれん草の煮物・お豆腐スープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・にんじん
7 (木)	7倍粥・たいとチンゲン菜の煮物・かぼちゃのスープ	・米・たい・チンゲンサイ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
8 (金)	鶏そうすい・小松菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
9 (土)	鶏肉と玉ねぎの雑炊・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
12 (火)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・ポトフ風スープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん
13 (水)	豆腐とひき肉の雑炊・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ゆでブロッコリー・たまねぎ
14 (木)	7倍粥・サケの煮物・人参スープ	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
15 (金)	お弁当	
16 (土)	しらすとほうれん草の雑炊・かぼちゃスープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
18 (月)	とり雑炊・ほうれん草スープ・ベビーヨーグルト	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう・にんじん・ヨーグルト
19 (火)	7倍粥・タラとブロッコリーの煮物・玉ねぎスープ	・米・たら・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
20 (水)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
21 (木)	和風あんかけ粥・にんじんスープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉
22 (金)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・かぼちゃスープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
23 (土)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・キャベツのスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
25 (月)	7倍粥・カレーとほうれん草の煮物・なすのすまし汁	・米・まがれい・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
26 (火)	7倍粥・たいと大根の煮物・麩のすまし汁	・米・たい・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・手まり麩・ほうれんそう
27 (水)	磯うどん・かぼちゃのマッシュ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・にんじん・青のり・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ
28 (木)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・ほうれん草のすまし汁	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう
29 (金)	パン粥・鶏肉とキャベツの煮物・とうがんスープ	・食パン・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・とうがん・たまねぎ・にんじん
30 (土)	しらす雑炊・ブロッコリースープ	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・ゆでブロッコリー