社会福祉法人東京児童協会
神田淡路町保育園大きなおうち
令和7年度8月（葉月）献立

モリモリ食べよう

※日々安心・安全な食品を納品していますが、納入状況により献立を変更する場合があります。
※カレンダーに記載されているカロリーは幼児の1日の昼食とおやつ分です。
　乳児は8割で計算しています。これは目安であり、個々の喫食量に応じて変動します。
※一日の幼児昼食おやつのカロリー基準：549kcal

	月	火	水	木	金	土
					1	2
昼食					麦ご飯 鯵の南蛮漬け キャベツの和風サラダ 夏野菜の豚汁 バナナ	ご飯 鶏肉の葱塩焼き 小松菜ともやしの胡麻和え 豆腐となめこの味噌汁 ヨーグルト
3時					メロンパン 牛乳	わかめおにぎり 牛乳
					ｴﾈﾙｷﾞｰ 534 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 17.8 g 炭水化物 74.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 546 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 15.1 g 炭水化物 82.1 g
	4	5	6	7	8	9
昼食	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 ちくわと若布の酢の物 南瓜と玉ねぎの味噌汁 パイナップル	鰯の蒲焼き丼 千切り野菜　レモンドレッシング 茄子としめじの味噌汁 すいか	ご飯 ゴーヤチャンプルー トマトとささみのさっぱり和え 大根と若布の味噌汁 メロン	胚芽ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き ブロッコリーともやしの海苔和え 豆腐とねぎのすまし汁 オレンジ	食パン チリコンカン 胡瓜とパプリカのマリネ ふんわり卵スープ バナナ	ご飯 回鍋肉 胡瓜と人参の中華和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
3時	夏野菜ピザ 牛乳	チーズおかかおにぎり 小魚 麦茶	フルーツ杏仁風 せんべい 麦茶	豆乳素麺 麦茶	焼きとうもろこし ヨーグルトドリンク	塩昆布おにぎり 牛乳
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 561 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 21.3 g 炭水化物 74.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 499 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 9.8 g 炭水化物 82.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 450 kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 13.9 g 炭水化物 65.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 414 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 11.3 g 炭水化物 59.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 574 kcal 蛋白質 25.7 g 脂質 14.4 g 炭水化物 91.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 540 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 15.4 g 炭水化物 84.2 g
	11	12	13	14	15	16
昼食		五目チャーハン 切干大根とツナの和え物 春雨スープ フルーツゼリー	野菜たっぷり焼うどん ほうれん草の胡麻和え オクラとなめこの味噌汁 オレンジ	ご飯 マーマレードチキン 3色野菜の胡麻ドレッシングサラダ 小松菜とえのきの味噌汁 バナナ	麦ご飯 かじきの梅マヨ焼き 金時豆の甘煮 大根の利休和え お麸と椎茸の味噌汁 ヨーグルト	豚肉と野菜の中華丼 ひじきのサラダ 切り干し大根と若布のスープ フルーツゼリー
3時		きな粉お麸ラスク 牛乳	トマトリゾット 牛乳	ツナとカレーの炊き込みご飯 小魚 麦茶	メロンパン ヨーグルトドリンク	ツナおにぎり 牛乳
		ｴﾈﾙｷﾞｰ 559 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 20.3 g 炭水化物 77.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 422 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 11.2 g 炭水化物 68.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 558 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 14.8 g 炭水化物 87.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 502 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 8.3 g 炭水化物 85.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 591 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 16.5 g 炭水化物 95.9 g
	18	19	20	21	22	23
昼食	ご飯 鶏肉と茄子のみぞれ煮 ちくわと若布の酢の物 南瓜と玉ねぎの味噌汁 パイナップル	鰯の蒲焼き丼 千切り野菜　レモンドレッシング 茄子としめじの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 ゴーヤチャンプルー トマトとささみのさっぱり和え 大根と若布の味噌汁 メロン	お楽しみ献立 ロールパン ハンバーグ 彩り野菜のコロコロサラダ マカロニスープ パイナップルゼリー	胚芽ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き ブロッコリーともやしの海苔和え 豆腐とねぎのすまし汁 オレンジ	ご飯 回鍋肉 胡瓜と人参の中華和え 大根と若布の味噌汁 ヨーグルト
3時	夏野菜ピザ 牛乳	チーズおかかおにぎり 小魚 麦茶	フルーツ杏仁風 せんべい 麦茶	ブルーベリーパフェ 紅茶	焼きとうもろこし ヨーグルトドリンク	塩昆布おにぎり 牛乳
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 561 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 21.3 g 炭水化物 74.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 524 kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 9.8 g 炭水化物 85.9 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 438 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 13.0 g 炭水化物 65.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 585 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 23.5 g 炭水化物 73.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 517 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 11.1 g 炭水化物 84.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 540 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 15.4 g 炭水化物 84.2 g
	25	26	27	28	29	30
昼食	麦ご飯 鯵の南蛮漬け キャベツの和風サラダ 夏野菜の豚汁 バナナ	五目チャーハン 切干大根とツナの和え物 春雨スープ フルーツゼリー	野菜たっぷり焼うどん ほうれん草の胡麻和え オクラとなめこの味噌汁 オレンジ	ご飯 マーマレードチキン 3色野菜の胡麻ドレッシングサラダ 小松菜とえのきの味噌汁 ヨーグルト	防災の日献立 ご飯 筑前煮 切干大根の彩りサラダ お麸と若布の味噌汁 みかん缶	豚肉と野菜の中華丼 ひじきのサラダ 切り干し大根と若布のスープ フルーツゼリー
3時	梅じゃこご飯 麦茶	きな粉お麸ラスク 牛乳	トマトリゾット 牛乳	ツナとカレーの炊き込みご飯 小魚 麦茶	バームクーヘン せんべい（ばりんこ） ヨーグルトドリンク	ツナおにぎり 牛乳
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 487 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 11.3 g 炭水化物 77.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 559 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 20.3 g 炭水化物 77.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 422 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 11.2 g 炭水化物 68.2 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 573 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 14.8 g 炭水化物 88.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 519 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 13.0 g 炭水化物 83.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 591 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 16.5 g 炭水化物 95.9 g