



やさいデー



2025年 8 月 乳幼児献立表(中野区保育園・幼稚園課)

曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土		
日	25	12 26	13 27	14 28	1 15 29	2 16 30	4 18	5 19	6 20	7 21	8 22	9 23		
乳児 午前おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット	牛乳 せんべい	牛乳 ビスケット		
主食	ご飯	ご飯	こぎつね丼	コーンご飯	ご飯	青菜と鶏肉のチャーハン	ご飯	ゆかりご飯	レバー入りミートソース	ご飯	ご飯	肉うどん		
副食	キャベツのカレー煮 ジャーマンポテト ピクルス	鶏の唐揚げ 南瓜の甘煮 胡瓜の中華和え 味噌汁	肉じゃが しらす和え 味噌汁	マーボー高野豆腐 トマト テンゲンサイスープ	春雨の中華炒め ブロッコリーの和え物 粉ふき芋 味噌汁	じゃが芋の煮物 胡瓜とツナの和え物 味噌汁	松風焼き 二色和え トマト 味噌汁	ポテトオムレツ 味噌ドレササラダ 実だくさん汁	コーンサラダ ブロッコリー	西京焼き オクラのごま和え 人参の甘煮 すまし汁	豆腐ナゲット 昆布和え トマト 味噌汁	ピーマンのツナ炒め 磯辺ポテト		
	材料 	胚芽米	胚芽米	胚芽米 油揚げ 鶏肉 生姜 醤油 かつおだし 砂糖 酒 生姜 みりん なたね油	胚芽米 塩 パセリ ホールコーン 高野豆腐 豚ひき肉 干しいたけ 葱 テンメンジャン 大豆味噌 醤油 酒 片栗粉 なたね油 トマト チンゲンサイ 玉葱 しめじ かつおだし 塩 醤油 粉末スープ	胚芽米 ほうれん草 鶏肉 葱 なたね油 緑豆春雨 豚ひき肉 人参 醤油 さやいんげん 葱 粉末スープ オイスターソース ごま油 生姜 ブロッコリー 人参 醤油 じゃが芋 塩 なす 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 ほうれん草 鶏肉 葱 なたね油 ほうれん草 鶏肉 葱 なたね油 もやし さやいんげん 醤油 トマト 白菜 玉葱 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 ゆかり 塩 鶏卵 玉葱 干しいたけ 片栗粉 醤油 大豆味噌 酒 砂糖 なたね油 もやし さやいんげん 醤油 トマト 白菜 玉葱 人参 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 ゆかり 塩 鶏卵 玉葱 じゃが芋 牛乳 塩 グリンピース なたね油 ケチャップ ひじき 人参 胡瓜 なたね油 砂糖 醤油 穀物酢 大豆味噌 豆腐 ごぼう 大根 葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	スパゲッティ 豚ひき肉 人参 玉葱 マッシュルーム ピーマン 小麦粉 なたね油 塩 ケチャップ デミグラスソース レバーペースト 粉チーズ キャベツ 人参 ホールコーン 穀物酢 なたね油 塩 ブロッコリー	胚芽米 白身魚 酒 大豆味噌 みりん 砂糖 なたね油 オクラ ごま 醤油 砂糖 人参 醤油 砂糖 トマト じゃが芋 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	胚芽米 豆腐 鶏ひき肉 粉末スープ 片栗粉 塩 なたね油 ケチャップ 中濃ソース キャベツ 佃煮昆布 トマト じゃが芋 玉葱 大豆味噌 いりこ・昆布だし	乾めん 豚肉 玉葱 人参 チンゲンサイ かつお・昆布だし みりん 醤油 ピーマン ツナ缶 ごま油 醤油	
デザート		デラウエア	すいか	オレンジ	バナナ	乳児 オレンジ	バナナ	乳児 すいか	バナナ	オレンジ	すいか	バナナ	バナナ	
3時おやつ		ブルーベリーヨーグルト せんべい	牛乳 りんごゼリー ブルー	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳 いちごジャムの 米粉蒸しパン	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
材料		ブレーションヨーグルト 砂糖 ブルーベリージャム せんべい	りんごジュース 砂糖 寒天 ブルー	小麦粉 ベーキングパウダー ブレーションヨーグルト 牛乳 パター 砂糖 塩	マカロニ 砂糖 黄な粉 塩	胚芽米 切干大根 干しいたけ 油揚げ なたね油 醤油 砂糖 しらす	米粉 ベーキングパウダー 砂糖 いちごジャム 穀物酢 調製豆乳 なたね油	胚芽米 ツナ缶 人参 醤油	中華蒸しめん なたね油 キャベツ 豚肉 玉葱 ニラ 人参 塩 青のり 中濃ソース	南瓜 片栗粉 砂糖 ビザチーズ なたね油 バター	丸パン バター いちごジャム	とうもろこし	胚芽米 わかめご飯の素 しらす 塩	
		給与目標量	エネルギー(乳児)Kcal 610(480)	546(462)	560(475)	572(478)	552(467)	575(479)	551(463)	563(483)	574(472)	567(469)	503(410)	524(440)
タンパク質(乳児)g 25(20)		17.2(15.3)	19.5(16.7)	21.5(18.1)	21.7(18.5)	19.2(16.3)	16.9(14.4)	22.3(18.9)	21.4(17.8)	22.7(18.4)	21.7(18.0)	20.9(17.8)	19.6(15.9)	
補食		麦茶 菓子・果物	麦茶 蒸かし芋	麦茶 菓子・果物	麦茶 菓子・果物	麦茶 ぶどうゼリー・菓子	麦茶 菓子	麦茶 菓子・果物	麦茶 菓子・果物	麦茶 菓子・果物	麦茶 菓子・果物	麦茶 南瓜のマッシュ	麦茶 スティック胡瓜・菓子	麦茶 菓子
材料			じゃが芋 塩			ぶどうジュース 寒天 砂糖					みかんジュース 寒天 砂糖	南瓜 砂糖	胡瓜 塩	

* 補食は延長保育対象児のみにします。

* 献立内容は都合により変更する場合があります。

* 今月の「やさいデー」は、旬の野菜を使用する日に設定しています。

* 柑橘類は入荷の状況により変更になることがあります。

* おやつ・補食の市販菓子は、卵、乳、胡麻が含まれていないものを使用しています。

* □で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。

* 午前のおやつのはビスケットは、クラッカーに変更になることがあります。