



2025年度 8月 献立表



健生キッズペア

日付	朝おやつ	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	アレルギー
1(金)	お菓子	鶏の唐揚げ、ひじきとコーンのサラダ、ごはん	ドーナツ、牛乳	鶏肉、ひじき、牛乳	小麦粉、かたくり粉、油、マヨネーズ、すりごま、米、ドーナツ	しょうが、にんじん、きゅうり、コーン缶	こいくちしょうゆ、みりん、酒	
2(土)	牛乳	中華丼、厚焼き玉子、フルーツゼリー、牛乳	ビスケット	鶏卵、牛乳	米、砂糖、ビスケット	中華丼、フルーツゼリー	だし汁、うすくちしょうゆ	
4(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め、ミニポテトフライ、ごはん	バナナケーキ、牛乳	厚揚げ、鶏ひき肉、牛乳	ごま油、かたくり粉、フライドポテト(冷)、油、米、ホットケーキミックス、砂糖	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、バナナ	コンソメ、こいくちしょうゆ、塩、水	
5(火)	牛乳	ホットドック(ハンバーグ/ウインナー)、コールスロー、ミニゼリー	しょうゆせんべい、牛乳	ハンバーグ(冷)、ウインナー、かにかまぼこ、牛乳	ロールパン、油、マヨネーズ、砂糖、ミニゼリー、しょうゆせんべい	たまねぎ、キャベツ、コーン缶、にんじん	ケチャップ、水、酢、塩	たまご：弁当
6(水)	お菓子	アジフライ、ブロッコリー、中華風みそスープ、ごはん、牛乳	ソフトクリーム	アジフライ(冷)、豚肉、木綿豆腐、牛乳、ソフトクリーム	油、マヨネーズ、ごま油、米	ブロッコリー、はくさい、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、にんにく	塩、コンソメ、こいくちしょうゆ、あわせみそ、酒、水	
7(木)	牛乳	タコライス、にんじんしりしり、ヨーグルト	とうもろこし、牛乳	牛ひき肉、豚ひき肉、卵、ツナ缶、ヨーグルト、牛乳	米、マヨネーズ、油、砂糖、ごま油	たまねぎ、ピーマン、キャベツ、オクラ、ミニトマト、にんじん、とうもろこし	ケチャップ、ソース(濃厚)、カレー粉、塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん、水	
8(金)	お菓子	チャプチェ、たまごスープ、わかめおにぎり	ジャムサンド、牛乳	牛肉(和牛)、卵、炊き込みわかめ、牛乳	はるさめ、ごま油、砂糖、いりごま、かたくり粉、米、食パン、いちごジャム	たまねぎ、にんじん、ピーマン、白ねぎ	コンソメ、こいくちしょうゆ、水、塩	
9(土)	牛乳	スパゲティミートソース、ブロッコリー、フルーツゼリー、牛乳	せんべい	牛乳、ミートソース	スパゲティ、せんべい	ブロッコリー、フルーツゼリー		
11(月)		山の日						
12(火)	牛乳	野菜とツナのピラフ、チキンナゲット、コンスーブ	コーンフレーク	ツナ缶、チキンナゲット、豆腐、牛乳	米、マーガリン、油、かたくり粉、コーンフレーク	ミックスベジタブル、たまねぎ、コーンクリーム	コンソメ、塩、こしょう、水	
13(水)	お菓子	鮭の味噌あんかけ、ひじきの煮物、ごはん	うすやきせんべい、牛乳	さけ、ひじき、油あげ、大豆(国産)、牛乳	小麦粉、油、砂糖、かたくり粉、米、うすやきせんべい	キャベツ、にんじん、ピーマン、しいたけ(乾)、たまねぎ	塩、あわせみそ、こいくちしょうゆ、だし汁	
14(木)	牛乳	鶏団子の甘酢煮、切干大根の煮物、ごはん	じゃこトースト、牛乳	とりつくね(冷)、油あげ、しらす干し、青のり、牛乳	油、砂糖、かたくり粉、米、食パン、マヨネーズ	にんじん、たまねぎ、しいたけ、ピーマン、切り干し大根	酢、ケチャップ、こいくちしょうゆ、水、塩、みりん、だし汁	
15(金)	お菓子	あんかけころうどん、なすと揚げの甘辛煮、カルピスゼリー	バームクーヘン、牛乳	豚肉、油あげ、カルピス、寒天、牛乳	うどん(ゆで)、かたくり粉、ごま油、砂糖、バームクーヘン	ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、なす	こいくちしょうゆ、みりん、だし汁、水	
16(土)	牛乳	うどん、あげだし豆腐、ヨーグルト	ビスケット、牛乳	牛乳、ヨーグルト、たまごスープ	うどん、ビスケット	にんじん		
18(月)	お菓子	なすと豚肉のみそ炒め、きゅうりとかにかまの酢の物、ごはん	フレンチトースト、牛乳	豚肉、カットわかめ、かにかまぼこ、牛乳、卵	砂糖、油、米、食パン	なす、たまねぎ、ピーマン、にんじん、きゅうり	こいくちしょうゆ、あわせみそ、酢、塩	
19(火)	牛乳	三色丼、味噌汁、ももゼリー、牛乳	塩せんべい、キャロットジュース	鶏ひき肉、卵、カットわかめ、牛乳	米、砂糖、油、いりごま、ふく、親世ふ、ももゼリー、塩せんべい	しょうが、ほうれんそう、にんじん、ジュース	こいくちしょうゆ、みりん、塩、だし汁、あわせみそ	たまご：弁当
20(水)	お菓子	ソース焼きそば、大根とちくわの煮物、ミニゼリー	ひじき混ぜご飯、牛乳	豚肉、青のり、焼き竹輪、昆布、ひじき、油あげ、ツナ缶、牛乳	中華めん(蒸し)、油、砂糖、ミニゼリー、米	にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、大根	やきそばソース、塩、こしょう、みりん、こいくちしょうゆ、だし汁	
21(木)	牛乳	夏野菜カレー、ブロッコリーコンドレッシング、すいか	いちごヨーグルトパフェ	豚ひき肉、ヨーグルト	米、じゃがいも、油、砂糖、コーンフレーク、いちごジャム	たまねぎ、トマト、なす、にんじん、オクラ、ブロッコリー、コーン缶、コーンクリーム、すいか	カレールウ、コンソメ、塩、こしょう、水、酢	
22(金)	お菓子	白身魚のみぞれ煮、ほうれん草大豆サラダ、しそごはん	ラスク、牛乳	かれい、蒸し大豆、魚肉ソーセージ、牛乳	小麦粉、油、砂糖、マヨネーズ、米、ロールパン、バター	大根、ほうれんそう、にんじん、ゆかり	塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん	
23(土)	牛乳	中華丼、厚焼き玉子、フルーツゼリー、牛乳	ビスケット	鶏卵、牛乳	米、砂糖、ビスケット	中華丼、フルーツゼリー	だし汁、うすくちしょうゆ	
25(月)	お菓子	麻婆豆腐、もやしナムル、ごはん	マーマレード蒸しケーキ、牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、ハム、牛乳	油、砂糖、かたくり粉、ごま油、米、小麦粉、マーガリン、マーマレード	たまねぎ、白ねぎ、しょうが、もやし、にんじん、ほうれんそう	こいくちしょうゆ、あわせみそ、酒、コンソメ、水、酢、ベーキングパウダー	
26(火)	牛乳	とんかつ、かぼちゃの煮物、枝豆と昆布のまぜごはん	フルーツポンチ、牛乳	とんかつ、塩昆布、寒天、牛乳	油、砂糖、米、いりごま	かぼちゃ、えだまめ、冷凍もも缶、みかん缶、りんごジュース	水、こいくちしょうゆ、みりん、だし汁	
27(水)	お菓子	スペイン風オムレツ、なすのトマト煮、ロールパン	わらびもち、牛乳	卵、ツナ缶、ピザ用チーズ、牛乳、鶏ひき肉、きな粉	じゃがいも、砂糖、オリーブ油、ロールパン、わらび粉	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、なす、しめじ、カットトマト	コンソメ、塩、酒、水	たまご：弁当
28(木)	牛乳	豚丼、味噌汁(なす・油揚げ)、なし	すいかクッキー、牛乳	豚肉、油あげ、牛乳	米、砂糖、小麦粉、バター、きび砂糖、黒ゴマ	キャベツ、ほうれんそう、なす、しいたけ(乾)、ほうれん草パウダー	塩、こしょう、こいくちしょうゆ、みりん、あわせみそ、だし汁、水	
29(金)	お菓子	松風焼、ミニトマト、キャベツとちくわのカレーソテー、ごはん	コーンスナック、牛乳	鶏ひき肉、焼き竹輪、牛乳	パン粉、いりごま、砂糖、油、米、コーンスナック	たまねぎ、青ねぎ、ミニトマト、キャベツ、コーン缶	あわせみそ、みりん、カレー粉、こいくちしょうゆ	
30(土)	牛乳	カレーライス、ブロッコリー、バナナ、牛乳	せんべい	牛乳、カレーレトルト	米、せんべい	ブロッコリー、バナナ		

月平均栄養価 (3才以上児) エネルギー 544kcal たんぱく質 18.9g 脂質 17.3g 食塩相当量 1.8g
月平均栄養価 (3才未満児) エネルギー 412kcal たんぱく質 14.0g 脂質 12.6g 食塩相当量 1.4g

※献立は仕入れ状況により、メニューが変更になることがあります。土曜日は人数によってメニューが変更になることがあります。

※離乳食(1歳6ヵ月頃まで):ご家庭で食べたことのある食品をもとに提供しています。初めて食べた食品は連絡帳にてお知らせください。

※幼児食: 献立表の食材を参考に初めて食べる食品は、ご家庭で一度食べていただけるとより安全に提供できますので協力をお願いいたします。



2025年度 8月 離乳食献立表

		離乳食	午後おやつ	アレルギー
1	金	赤ちゃんせんべい 〈鶏肉の煮物〉鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ひじきとコーンのミルク煮〉ひじき 1g じゃがいも20gにんじん 4.9g きゅうり 7g コーン缶 7g 粉ミルク こいくちしょうゆ かたくり粉 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
2	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1個 〈厚焼き玉子〉 〈ミニゼリー〉ミニゼリー1個 〈牛乳〉牛乳30g	あかちゃんせん	
4	月	赤ちゃんせんべい 〈厚揚げの煮物〉厚揚げ 28g 鶏ひき肉 11g たまねぎ 21g にんじん 7g ほうれんそう 11g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 〈粉ふき芋〉じゃがいも 30g 塩 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
5	火	牛乳 〈厚焼き玉子〉卵 21g こいくちしょうゆ だし汁 砂糖 〈ロールパン〉ロールパン 30g 〈ミニゼリー〉1こ 〈コールスロー〉キャベツ 28g コーン缶 4.2g にんじん 3.5g 粉ミルク 塩 かたくり粉	ゼリー 牛乳	たまご: 弁当
6	水	赤ちゃんせんべい 〈煮魚〉たら30g ブロッコリー 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈中華風みそスープ〉豚肉 11g はくさい 21g 木綿豆腐 11g たまねぎ 9.8g にんじん 4.2g コンソメ こいくちしょうゆ あわせみそ 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g 〈牛乳〉牛乳 30g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
7	木	牛乳 〈タコライス風〉米 35g 合いびき肉28g たまねぎ 21g ビーマン 5.6g キャベツ 14g ミニトマト 11g 卵 11g 砂糖 トマトキューブ こいくちしょうゆ コンソメ かたくり粉 〈にんじんの煮物〉にんじん 21g ツナ缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ヨーグルト〉ヨーグルト49g	かっぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
8	金	赤ちゃんせんべい 〈肉じゃが〉じゃがいも30g牛肉(和牛)14g たまねぎ 7g にんじん 7g コンソメ こいくちしょうゆ 砂糖 〈たまごスープ〉卵 7g たまねぎ 15g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 〈わかめおにぎり〉米 39g 炊き込みわかめ 0.21g	食パン 牛乳	
9	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1個 〈ブロッコリー〉ブロッコリー20g 〈ミニゼリー〉ミニゼリー1個 〈牛乳〉牛乳30g	あかちゃんせん	
11	月	山の日		
12	火	牛乳 〈野菜とツナのピラフ風〉米 35g にんじん 14g たまねぎ 21g ツナ缶 11gこいくちしょうゆ コンソメ 水 〈鶏肉の煮物〉鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈コーンスープ〉コーンクリーム 21g たまねぎ 21g 豆乳 28g コンソメ かたくり粉	ゼリー 牛乳	
13	水	赤ちゃんせんべい 〈鮭の味噌煮〉さけ 28g キャベツ 7g にんじん 2.8g 砂糖 あわせみそ こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ひじきの煮物〉ひじき 0.56g 油あげ 3.5g にんじん 5.6g 蒸し大豆 14g たまねぎ 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
14	木	牛乳 〈鶏肉のトマト煮〉鶏もも 40g にんじん 15g たまねぎ 25g しいたけ 7g 砂糖 トマトキューブ こいくちしょうゆ かたくり粉 〈大根の煮物〉大根 30g 油あげ 6g にんじん 10g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	かっぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
15	金	赤ちゃんせんべい 〈あんかけこちうどん〉うどん(ゆで) 70g ほうれんそう 14g たまねぎ 14g にんじん 4.9g 豚肉7g こいくちしょうゆ かたくり粉 だし汁 〈なすと揚げの甘辛煮〉なす 21g 油あげ 4.9g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 〈ミニゼリー〉1こ	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
16	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1個 〈ヨーグルト〉ヨーグルト35g 〈揚げ出し豆腐〉厚揚げ15g にんじん15g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉	あかちゃんせん	
18	月	赤ちゃんせんべい 〈なすと豚肉のみそ煮〉なす 28g たまねぎ 14g ビーマン 3.5g にんじん 4.9g 豚肉11g 砂糖 こいくちしょうゆ あわせみそ だし汁 かたくり粉 〈きゅうりとわかめの煮物〉きゅうり 11g カットわかめ 0.53g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
19	火	牛乳 〈三色丼〉米 35g 鶏ひき肉 21g ほうれんそう 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 卵 21g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈味噌汁〉ふ2.1g カットわかめ 0.14g あわせみそ だし汁 〈ミニゼリー〉1こ 〈牛乳〉牛乳 30g	ゼリー 牛乳	たまご: 弁当
20	水	赤ちゃんせんべい 〈やきうどん風〉うどん(乾)53g 豚肉 11g にんじん 7g キャベツ 35g たまねぎ 14g もやし 7g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 〈大根とちくわの煮物〉大根 35g 昆布 0.7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ミニゼリー〉1こ	ひじき混ぜご飯 牛乳	
21	木	牛乳 〈トマト煮〉豚ひき肉 20g じゃがいも 30g たまねぎ 30g トマト 12g なす 10g にんじん 10g カットトマト 8.4g 砂糖 コンソメ 塩 かたくり粉 〈ブロッコリーコーンミルク煮〉ブロッコリー 21g コーン缶 4.9g 粉ミルク 塩 かたくり粉 〈ミニゼリー〉ミニゼリー1個	ヨーグルト 牛乳	
22	金	赤ちゃんせんべい 〈白身魚のみぞれ煮〉かれい 28g 大根 28g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ほうれん草煮びたし〉ほうれんそう 35g にんじん 12g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
23	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1個 〈厚焼き玉子〉 〈ミニゼリー〉ミニゼリー1個 〈牛乳〉牛乳30g	あかちゃんせん	
25	月	赤ちゃんせんべい 〈麻婆豆腐〉木綿豆腐 42g 豚ひき肉 14g たまねぎ 14g こいくちしょうゆ 1.8g あわせみそ 1.8g 砂糖 コンソメ かたくり粉 〈じゃがいもの煮物〉じゃがいも 28g にんじん 11g ほうれんそう 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
26	火	牛乳 〈鶏肉の煮物〉鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈かぼちゃの煮物〉かぼちゃ 35g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	ゼリー 牛乳	
27	水	赤ちゃんせんべい 〈スペイン風オムレツ〉卵 21g ツナ缶 7g にんじん 5.6g たまねぎ 11g ブロッコリー 11g じゃがいも 4.9g 牛乳 5.6g 〈なすのトマト煮〉なす 14g たまねぎ 11g しめじ 7g 鶏ひき肉 4.9g カットトマト 13g こいくちしょうゆ 砂糖 コンソメ 〈ロールパン〉ロールパン 0.8個 〈パン粥〉ロールパン 0.8個 粉ミルク	きなこ豆腐 牛乳	たまご: 弁当
28	木	牛乳 〈豚丼〉米 39g 豚肉 21g キャベツ 21g ほうれんそう 11g こいくちしょうゆ 砂糖 かたくり粉 〈味噌汁(なす・油揚げ)〉なす 18g 油あげ 2.1g あわせみそ だし汁 〈ミニゼリー〉1こ	かっぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
29	金	赤ちゃんせんべい 〈松風焼〉鶏ひき肉 25g たまねぎ 21g パン粉 3.5g あわせみそ ミニトマト 1こ 〈キャベツの煮びたし〉キャベツ 32g コーン缶 5.6g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 〈ごはん〉75-90g 〈粥〉75-90g	たべっこどうぶつ ベジたべる 牛乳	
30	土	牛乳 〈離乳レトルト〉キュービーレトルト1個 〈ブロッコリー〉 〈バナナ〉バナナ1/3個 〈牛乳〉牛乳30g	あかちゃんせん	