

令和7年度 8月 献立表 岡崎幼稚園					
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 ご飯	2 ひじきご飯
				米40 なすとにしんの煮付(幼児) なすび40 にしん20 人参8 砂糖2 酒1 生姜 醤油2 みりん3 絹さや3 なすと油揚げの煮付(乳児) なすび20 油揚げ3 酒1 人参8 砂糖2 絹さや3 酢の物 きゅうり40 ちりめんじゃこ3 乾わかめ0.3 人参8 酢2 砂糖1 醤油1 塩 清汁 豆腐25 三つ葉3 塩0.4 醤油0.5 出し昆布 花かつお	米40 乾ひじき0.8 人参6 ちりめんじゃこ2 油揚げ7 油0.5 醤油2 砂糖0.2 塩 みりん1 酒1 出し昆布 かぼちゃのどぼろ煮 かぼちゃ40 鶏ミンチ10 玉葱15 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 酒1 片栗粉0.5 煮干 味噌汁 厚揚げ15 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布
				じゃが芋のバター焼き じゃが芋 塩 バター レーズン 牛乳 ※おせんべい	ゆかりおにぎり 米 ゆかり チーズ ※牛乳
4 なすびのミートドリア なすび40 牛ミンチ10 米 豚ミンチ10 トマト20 玉葱20 米粉0.5 米粉2 牛乳40 バター2 ミックスチーズ5 ケチャップ5 油0.6 塩0.2 キャロットサラダ 人参50 缶パイン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2 野菜スープ キャベツ10 玉ねぎ15 塩0.3 醤油0.2 ブイヨン	5 ご飯 松風焼き 鶏ミンチ30 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油0.8 かぼちゃサラダ かぼちゃ50 きゅうり10 塩0.2 レーズン4 マヨドレ8 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	6 豚肉の冷やしうどん 干しうどん30(小麦) 塩0.3 豚肉30 油0.2 醤油2 みりん2 砂糖1 出し昆布 オクラ20 トマト20 酒1 なすびのごま和え なすび40 人参5 きゅうり8 ごま2 砂糖1 醤油2 すいか	7(幼児弁当日) きんぴらごはん 米40 牛ミンチ7 豚ミンチ3 人参5 こんにゃく10 塩 絹さや2 生姜0.3 砂糖0.5 酒2 出し昆布 醤油2 油1 じゃが芋とツナの炊き合わせ じゃが芋50 三度豆3 玉葱20 ツナ8 砂糖0.5 醤油2 酒2 塩0.1 みりん0.8 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	8 ご飯 鯖ボール おから10 鯖の水 煮缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1 小松菜の梅和え 小松菜30 オクラ10 しめじ5 梅1 かつお1 醤油1.5 砂糖0.8 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	9 マーボー丼 米40 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 油 たたきごぼう ごぼう30 ごま2 砂糖1 醤油1.5 酢1.2 塩 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン
豆乳もち 豆乳 片栗粉 黄粉 砂糖 するめ 牛乳 ※バナナ	フルーツゼリー みかん缶 パイン缶 桃缶 砂糖 アガー 牛乳 ※レーズン	枝豆おにぎり 米 枝豆 塩 炒り小魚 ※牛乳	チーズスティック 強力粉 チーズ 砂糖 塩 バター ドライイースト 牛乳 ※フルーン	ヨーグルト(市販) おせんべい(市販) ※チーズ	バナナ チーズ ※牛乳
11 休 園 日	12 梅しそご飯 米40 梅干し5 出し昆布 ちりめんじゃこ2 青じそ1 ごま1 鶏と高野豆腐の炊き合わせ 鶏40 高野豆腐8 砂糖1.5 人参20 三度豆2.5 酒2 醤油2 みりん1 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	13 ご飯 鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 スキニーニのサラダ ズッキーニ35 人参5 冷コーン8 ツナ缶8 マヨドレ8 醤油0.8 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	14 ポークカレー 米40 豚肉20 玉葱40 人参20 じゃが芋40 塩0.2 醤油0.3 カレールウ8 ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 人参10 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2	15 ご飯 野菜炒め 豚肉25 人参15 ピーマン5 玉葱20 キャベツ40 醤油2 酒1 砂糖1 ごま油1 赤味噌1 味噌汁 じゃが芋23 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	16 ご飯 肉じゃが 牛肉20 じゃが芋50 玉葱25 人参12 三度豆3 糸こんにゃく8 砂糖1 醤油2 油0.5 酒2 みりん2 味噌汁 厚揚げ15 乾わかめ0.2 味噌4.5 煮干 出し昆布
	鮭おにぎり 米 鮭フレーク 塩 炒り小魚 ※牛乳	フルーツヨーグルト ヨーグルト 砂糖 バナナ みかん缶 桃缶 (乳児)ヨーグルト(市販) バナナ ※チーズ	手作りクッキー 小麦粉 BP バター 砂糖 牛乳 牛乳 ※フルーン	梅干しおにぎり 米 梅干し 塩 チーズ ※牛乳	マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖 牛乳 ※おせんべい

月曜日 18 ご飯	火曜日 19 ご飯	水曜日 20	木曜日 21(誕生日会)	金曜日 22 ご飯	土曜日 23
米40 豚肉のしょうが炒め 豚肉35 玉葱45 生姜0.5 砂糖1 みりん2 醤油2 酒2 小松菜の梅和え 小松菜30 オクラ10 しめじ5 梅1 かつお1 醤油1.5 砂糖0.8 味噌汁 なすび15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 松風焼き 鶏ミンチ30 玉葱15 牛蒡10 パン粉3 味噌1.5 ごま1 酒1 塩 砂糖0.5 みりん1 油0.2 醤油0.8 かぼちゃサラダ かぼちゃ50 きゅうり10 塩0.2 レーズン4 マヨドレ8 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	豚肉の冷やしうどん 干しうどん30(小麦) 塩0.3 豚肉30 油0.2 醤油2 みりん2 砂糖1 出し昆布 オクラ20 トマト20 酒1 なすびのごま和え なすび40 人参10 きゅうり8 ごま2 砂糖1 醤油2 梨	とうもろこしライス 米40 バター1 塩0.3 とうもろこし8 鮭フライ 生鮭50 卵5 小麦粉1 塩0.3 油8 牛乳5 パン粉6 ソース1 ケチャップ3 サラダ レタス20 きゅうり8 トマト20 マヨドレ8 塩 野菜スープ オクラ15 人参5 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン すいか	米40 鶏のマーマレード焼き 鶏肉60 みりん2 酒2 醤油2 マーマレード9 シルバーサラダ キャベツ15 ツナ5 人参10 春雨5 マヨドレ5 きゅうり8 塩0.3 醤油0.5 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	マーボー丼 米40 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 油 小松菜のごま和え 小松菜35 人参10 えのき10 ごま2 砂糖0.8 醤油2 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン
フルーツゼリー みかん缶 パイン缶 桃缶 砂糖 アガー 牛乳 ※フルーン	きな粉クッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 きな粉 B.P 牛乳 ※バナナ	枝豆おにぎり 米 枝豆 塩 炒り小魚 ※牛乳	ミルクパン (小麦・乳・卵) フルーン 牛乳 ※チーズ	豆乳もち 豆乳 片栗粉 黄粉 砂糖 するめ 牛乳 ※レースン	バナナ チーズ ※牛乳
25 ご飯	26	27 ご飯	28	29 ご飯	30
米40 鯖の磯辺焼き 鯖50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2 千切大根の煮付け 千切大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	なすびのミートドリア なすび40 牛ミンチ10 米 豚ミンチ10 トマト20 玉葱20 米粉0.5 米粉2 牛乳40 バター2 ミックスチーズ5 ケチャップ5 油0.6 塩0.2 キャロットサラダ 人参50 缶パイン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2 野菜スープ キャベツ10 玉葱15 塩0.3 醤油0.2 ブイヨン	米40 夏野菜のかき揚げ 鶏ササミ20 玉葱15 かぼちゃ30 油6 とうもろこし5 小麦粉8 卵6 塩0.5 ごま酢和え もやし50 豆苗10 塩 人参10 ごま2 酢1.5 砂糖1 醤油2 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	ポークカレー 米40 豚肉20 玉葱40 人参20 じゃが芋40 塩0.2 醤油0.3 カレールウ8 ズッキーニのサラダ ズッキーニ35 人参10 冷コーン8 ツナ缶8 マヨドレ8 醤油0.8	米40 手羽中の照り焼き 手羽中60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 レースンサラダ キャベツ20 きゅうり10 レーズン4 レタス15 みかん缶10 オリーブ油2 酢2 砂糖0.5 塩0.3 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布	やきそば 中華麺(小麦)30 豚肉15 玉葱20 もやし15 塩0.3 人参5 ビーマン5 ソース5 キャベツ20 青のり0.1 花かつお たたききゅうり きゅうり40 ごま2 砂糖1 醤油2 酢2 塩 ごま油1 味噌汁 厚揚げ15 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布
梨 カリカリトースト (小麦・乳) 牛乳 ※おせんべい	じゃが芋のバター焼き じゃが芋 塩 バター フルーン 牛乳 ※チーズ	ヨーグルトシャーベット ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖 (幼児) (乳児)ヨーグルト(市販) バナナ ※牛乳	ボンデ・シロゴマ 白玉粉 小麦粉 豆腐 BP 砂糖 塩 油 ごま 牛乳 ※レースン	かぼちゃスティック かぼちゃ 薄力粉 片栗粉 油 塩 牛乳 ※バナナ	ゆかりおにぎり 米 ゆかり チーズ ※牛乳



旬の食材 “ズッキーニ”

見た目はきゅうりのようですが、かぼちゃの仲間です。南仏料理のラタトゥイユに入っているのが有名です。クセのない淡白な味わいなので、ナスのように様々な料理に活用できます。油を吸うことでよりコクが出て美味しくなるので、チーズや味噌と一緒に焼いたりカレーに入れたりするのがオススメです。

園ではマヨドレと和えたサラダにしました。よく食べていたので、お家でもぜひ作ってみてくださいね。

「ズッキーニのサラダ」 子ども2人分

<材料>

- ズッキーニ 70g(1/4)
- 人参 10g(1/4)
- コーン缶 16g
- ツナ缶 16g
- マヨドレ 8g
- 醤油 少々

<作り方>

- ズッキーニと人参はいちょう切りにし、約2分湯がき、ザルに上げ冷まします。
- ボールに1と他の材料を入れ混ぜ合わせ、味を調えると出来上がりです。



※印は乳児の朝のおやつです。
材料横の数字は、幼児1人分の分量です。
(乳児は4/5(80%)になります。)
※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。

