



2025年8月給食だより



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	ほたはた焼 お茶	アジの竜田焼 もやし中華和え ごはん 味噌汁 フルーツ（グレープフルーツ）	あじ 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが もやし・きゅうり・人参 キャベツ・大根 グレープフルーツルビー	砂糖・でん粉・油 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・塩 だし	アップルゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 牛乳
2	土	ソフトサラダ お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		
4	月	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 ブロッコリーサラダ 手作りふりかけ（ひじき） ごはん 味噌汁	鶏肉 かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン・人参 ひじき 玉ねぎ・ほうれん草	油 砂糖・オリーブ油 砂糖・白ごま 米(国産)	塩こうじ 酢・塩 醤油 だし	お昼のきなこラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油 砂糖・きな粉 牛乳
5	火	ソフトサラダ お茶	キーマカレー 大根のツナサラダ スープ フルーツ（みかん缶）	豚ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 きゅうり・大根・人参 キャベツ・玉ねぎ・しめじ みかん(缶詰)	米(国産)・押麦・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	いちごスコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・ストロベリーソース 牛乳
6	水	クラッカー お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー ハムサラダ ごはん スープ	たら ハム	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・小松菜	小麦粉・バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
7	木	豆花クッキー お茶	豚丼 白菜のコーンマヨサラダ 味噌汁 フルーツ（すいか）	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 白菜・きゅうり・人参・コーン 大根・えのきだけ・わかめ すいか	米(国産)・押麦・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用)	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	のり塩ポテトボール 牛乳	じゃが芋・でん粉・粉チーズ 塩・マヨネーズタイプ(卵不使用)・あおさのり 牛乳
8	金	五穀ビスケット お茶	冷やし中華 さつま芋のあおさ焼 春巻 フルーツ（オレンジ）	ツナフレーク	きゅうり・コーン・トマト あおさのり 春巻 オレンジ	ラーメン・油・ごまドレッシング さつま芋・油 油	冷やし中華の素	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
9	土	ほたはた焼 お茶	五目うどん	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん		
12	火	ソフトサラダ お茶	えびピラフ スープ フルーツ（パイナップル）	えび ウインナー	人参・ピーマン・玉ねぎ・コーン 大根・ほうれん草 パイナップル（缶詰）	米(国産)・油・バター	コンソメ・塩 コンソメ	大学芋 牛乳	さつま芋・油・本みりん 砂糖・黒ごま 牛乳
13	水	かぼちゃボーロ お茶	焼きそば 中華スープ メロンゼリー	豚肉・かつお節	玉ねぎ・人参・キャベツ・あおさのり えのきだけ・大根・チンゲン菜	焼きそば用麺・油 メロンゼリー	焼きそばソース（粉）・中濃ソース 鶏がらスープ	カレーチーストースト 牛乳	食パン・マヨネーズタイプ(卵不使用) 粉チーズ・カレーパウダー 牛乳
14	木	ほたはた焼 お茶	夏野菜の麻婆豆腐丼 三色ナムル 中華スープ	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・かぼちゃ・ピーマン・なす もやし・きゅうり・人参・にんにく えのきだけ・玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・押麦・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油・塩 鶏がらスープ	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
15	金	白い風船ミルククリーム お茶	ジャージャーうどん 中華スープ フルーツ（バナナ）	豚ひき肉・赤みそ 豆腐	玉ねぎ・人参・きゅうり・しょうが キャベツ・わかめ バナナ	油・砂糖・調合ごま油・うどん	醤油・料理酒 鶏がらスープ	コーンおにぎり お茶	米(国産)・コーン 塩 麦茶
18	月	クラッカー お茶	サーモンの照焼 焼じゃが 小松菜の煮浸し ごはん 味噌汁	ピンクサーモン 油揚げ 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜・人参 玉ねぎ・白菜	油・砂糖 じゃが芋・油 米(国産) おつゆ麩	醤油・本みりん 塩 醤油・本みりん・だし だし	アップルパイ 牛乳	ギョーザの皮・りんご(缶詰) 油 牛乳
19	火	豆花クッキー お茶	スパゲティボリタン チキンサラダ スープ フルーツ（オレンジ）	ウインナー チキンフレーク	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草 オレンジ	スパゲティ・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	ごまわかめおにぎり お茶	米(国産)・わかめご飯の素 白ごま 麦茶
20	水	ほたはた焼 お茶	白身魚のマヨ焼 白菜の塩昆布和え ごはん ★冬瓜カレー汁 フルーツ（パイナップル）	たら 豚肉・油揚げ	白菜・人参・きゅうり・塩昆布 冬瓜・さやいんげん・白ねぎ パイナップル（缶詰）	小麦粉・油・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) 砂糖	塩 だし・カレーフレーク・本みりん・醤油	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
21	木	五穀ビスケット お茶	鶏の照焼き丼 かぼちゃの甘煮 もやしとちくわの和え物 味噌汁	鶏肉 ちくわ 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ・のり かぼちゃ もやし・きゅうり・人参 大根・小松菜	米(国産)・油・砂糖・でん粉・白ごま 砂糖 砂糖 おつゆ麩	醤油・本みりん・塩 だし・醤油 だし	ちんすこう風 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
22	金	かぼちゃボーロ お茶	ハンバーグ ブロッコリーソテー マカロニサラダ ごはん スープ	ハンバーグ フィッシュソーセージ	ブロッコリー きゅうり・人参・コーン えのきだけ・玉ねぎ・ほうれん草	油 油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産)	トマトケチャップ・中濃ソース コンソメ・塩 コンソメ	「カルビス」のゼリー お茶	寒天 カルビス 麦茶
23	土	ソフトサラダ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
25	月	クラッカー お茶	赤魚のバター醤油焼 蒸さつま芋 ほうれん草の納豆和え ごはん 味噌汁	赤魚 納豆 赤みそ・白みそ	 ほうれん草・人参 キャベツ・大根・わかめ	小麦粉・バター さつま芋 米(国産)	塩・醤油 醤油・だし だし	黒糖ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖 油・豆乳 牛乳
26	火	豆花クッキー お茶	ハムカツ コールスローサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	ハムカツ 赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・人参・コーン かぼちゃ・小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	油 油・砂糖 米(国産)	中濃ソース 塩・酢 だし	お昼のチーズスナック 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油・粉チーズ 塩・コンソメ・砂糖 牛乳
27	水	かぼちゃボーロ お茶	ビビンバ丼 春雨サラダ 中華スープ フルーツ（バナナ）	豚ひき肉・赤みそ ハム	しょうが・にんにく・ほうれん草・もやし・人参 コーン・きゅうり 白菜・青ねぎ・大根 バナナ	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	醤油・本みりん・鶏がらスープ・酢 酢・醤油 鶏がらスープ	★ブーティン風 牛乳	ポテトフライ・油・中濃ソース・トマトケチャップ 砂糖・バター・ミックスチーズ 牛乳
28	木	ソフトサラダ お茶	サバの塩焼 花野菜サラダ ★あぶらごごはん 味噌汁 フルーツ（グレープフルーツ）	さば 生揚げ 赤みそ・白みそ	カリフラワー・ブロッコリー・人参 青ねぎ もやし・ほうれん草 グレープフルーツルビー	砂糖・オリーブ油 米(国産)・砂糖 おつゆ麩	塩 酢・塩・醤油 本みりん・醤油・料理酒 だし	トマトドーナツ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 トマトジュース・油・グラニュー糖 牛乳
29	金	ほたはた焼 お茶	焼うどん 照り焼きミートボール チンゲン菜のしらす和え 味噌汁	豚肉・かつお節 チキンボール しらす 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・だし昆布 チンゲン菜・人参 わかめ・玉ねぎ	うどん・油 でん粉・砂糖	醤油 醤油 醤油・本みりん・だし だし	ツナ味噌おにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖・焼きのり 麦茶
30	土	かぼちゃボーロ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ・醤油		

栄養価の平均（3歳以上）（3歳未満）
エネルギー541kcal たんぱく質20.4g 脂質16.1g カルシウム190mg 食塩相当量2.0g
エネルギー460kcal たんぱく質16.8g 脂質14.0g カルシウム176mg 食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年8月給食だより（離乳完了期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にかからだをつくるもの	主にかからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の竜田焼 もやし中華和え 軟飯 味噌汁 フルーツ（グレープフルーツ）	たら 油揚げ・赤みそ・白みそ	しょうが もやし・きゅうり・人参 キャベツ・大根 グレープフルーツルビー	砂糖・でん粉・油 白ごま・砂糖・調合ごま油 米(国産)	醤油・料理酒 醤油・塩 だし	アップルゼリー 牛乳	寒天・りんごジュース 砂糖 牛乳
2	土	ハイハイン お茶	豚汁うどん	豚肉・油揚げ・赤みそ・白みそ	大根・人参・青ねぎ・だし昆布	うどん・さつま芋	だし・本みりん・醤油		
4	月	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 ブロッコリーサラダ 手作りふりかけ（ひじき） 軟飯 味噌汁	鶏肉 かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン・人参 ひじき 玉ねぎ・ほうれん草	油 砂糖・オリーブ油 砂糖・白ごま 米(国産)	塩こうじ 酢・塩 醤油 だし	お昼のきなこラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油 砂糖・きな粉 牛乳
5	火	野菜ハイハイン お茶	キーマカレー 大根のツナサラダ スープ フルーツ（みかん缶）	豚ひき肉 ツナフレーク	玉ねぎ・人参 きゅうり・大根・人参 キャベツ・玉ねぎ・しめじ みかん(缶詰)	米(国産)・じゃが芋・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	いちごスコーン 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 塩・油・ストロベリーソース 牛乳
6	水	ハイハイン お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー ハムサラダ 軟飯 スープ	たら ハム	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・小松菜	小麦粉・バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	シュガートースト 牛乳	食パン・バター 砂糖 牛乳
7	木	ベビースティック お茶	豚丼 白菜のコーンマヨサラダ 味噌汁 フルーツ（すいか）	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 白菜・きゅうり・人参・コーン 大根・えのきだけ・わかめ すいか	米(国産)・砂糖・でん粉 マヨネースタイプ(卵不使用)	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	のり塩ポテトボール 牛乳	じゃが芋・でん粉・粉チーズ 塩・マヨネースタイプ(卵不使用)・あおさのり 牛乳
8	金	かぼちゃボーロ お茶	冷やし中華 さつま芋のあおさ焼 春巻（焼き） フルーツ（オレンジ）	ツナフレーク	きゅうり・コーン・トマト あおさのり 春巻 オレンジ	ラーメン・油・ごまドレッシング さつま芋・油 油	冷やし中華の素	青菜おにぎり お茶	米(国産) 菜めしの素 麦茶
9	土	野菜ハイハイン お茶	五目うどん	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん		
12	火	野菜ハイハイン お茶	えびピラフ スープ フルーツ（パイナップル缶）	えび ウインナー	人参・ピーマン・玉ねぎ・コーン 大根・ほうれん草 パイナップル（缶詰）	米(国産)・油・バター	コンソメ・塩 コンソメ	焼き大学芋 牛乳	さつま芋・油・本みりん 砂糖・黒ごま 牛乳
13	水	かぼちゃボーロ お茶	焼きそば 中華スープ メロンゼリー	豚肉・かつお節	玉ねぎ・人参・キャベツ・あおさのり えのきだけ・大根・チンゲン菜	焼きそば用麺・油 メロンゼリー	焼きそばソース（粉）・中濃ソース 鶏がらスープ	カレーチーストースト 牛乳	食パン・マヨネースタイプ(卵不使用) 粉チーズ・カレーパウダー 牛乳
14	木	ハイハイン お茶	夏野菜の麻婆豆腐丼 三色ナムル 中華スープ	豆腐・豚ひき肉・赤みそ	しょうが・にんにく・玉ねぎ・かぼちゃ・ピーマン・なす もやし・きゅうり・人参・にんにく えのきだけ・玉ねぎ・チンゲン菜	米(国産)・油・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖・調合ごま油	醤油・料理酒・中華だし・塩 醤油・塩 鶏がらスープ	きなこマカロニ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖・塩 牛乳
15	金	野菜ハイハイン お茶	ジャージャーうどん 中華スープ フルーツ（バナナ）	豚ひき肉・赤みそ 豆腐	玉ねぎ・人参・きゅうり・しょうが キャベツ・わかめ バナナ	油・砂糖・調合ごま油・うどん	醤油・料理酒 鶏がらスープ	コーンおにぎり お茶	米(国産)・コーン 塩 麦茶
18	月	かぼちゃボーロ お茶	サーモンの照焼 焼じゃが 小松菜の煮浸し 軟飯 味噌汁	ピンクサーモン 油揚げ	しょうが 小松菜・人参	油・砂糖 じゃが芋・油 米(国産) おつゆ麩	醤油・本みりん 塩 醤油・本みりん・だし だし	焼きアップルパイ 牛乳	ギョーザの皮・りんご(缶詰) 油 牛乳
19	火	ハイハイン お茶	スパゲティボリタン チキンサラダ スープ フルーツ（オレンジ）	ウインナー チキンフレーク	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草 オレンジ	スパゲティ・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	ごまわかめおにぎり お茶	米(国産)・わかめご飯の素 白ごま 麦茶
20	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚のマヨ焼 白菜の和え物 軟飯 ★冬瓜カレー汁 フルーツ（パイナップル缶）	たら 豚肉・油揚げ	白菜・人参・きゅうり 冬瓜・さいいんげん・白ねぎ パイナップル（缶詰）	小麦粉・油・マヨネースタイプ(卵不使用) 調合ごま油 米(国産) 砂糖	塩 醤油 だし・カレーフレーク・本みりん・醤油	ジャムサンド 牛乳	食パン いちごジャム 牛乳
21	木	ベビースティック お茶	鶏の照焼き丼 かぼちゃの甘煮 もやしとちくわの和え物 味噌汁	鶏肉 ちくわ 赤みそ・白みそ	しょうが・キャベツ・のり かぼちゃ もやし・きゅうり・人参 大根・小松菜	米(国産)・油・砂糖・でん粉・白ごま 砂糖 砂糖 おつゆ麩	醤油・本みりん・塩 だし・醤油 だし	ちんすこう風 牛乳	小麦粉・砂糖 塩・油 牛乳
22	金	かぼちゃボーロ お茶	ハンバーグ ブロッコリーソテー マカロニサラダ 軟飯 スープ	ハンバーグ フィッシュソーセージ	ブロッコリー きゅうり・人参・コーン えのきだけ・玉ねぎ・ほうれん草	油 油 マカロニ・マヨネースタイプ(卵不使用) 米(国産)	トマトケチャップ・中濃ソース コンソメ・塩 コンソメ	「カルピス」のゼリー お茶	寒天 カルピス 麦茶
23	土	ハイハイン お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
25	月	ベビースティック お茶	赤魚のバター醤油焼 蒸さつま芋 ほうれん草の納豆和え 軟飯 味噌汁	赤魚 納豆 赤みそ・白みそ	ほうれん草・人参 キャベツ・大根・わかめ	小麦粉・バター さつま芋 米(国産)	塩・醤油 醤油・だし だし	ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳 牛乳
26	火	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが コールスローサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ（みかん缶）	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・人参・コーン かぼちゃ・小松菜・玉ねぎ みかん(缶詰)	じゃが芋・砂糖 油・砂糖 米(国産)	醤油 塩・酢 だし	お昼のチーズスナック 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油・粉チーズ 塩・コンソメ・砂糖 牛乳
27	水	かぼちゃボーロ お茶	ビビンバ丼 春雨サラダ 中華スープ フルーツ（バナナ）	豚ひき肉・赤みそ ハム	しょうが・にんにく・ほうれん草・もやし・人参 コーン・きゅうり 白菜・青ねぎ・大根 バナナ	米(国産)・油・砂糖・白ごま・調合ごま油 緑豆春雨・調合ごま油・砂糖	醤油・本みりん・鶏がらスープ・酢 酢・醤油 鶏がらスープ	★フーディン風（焼き） 牛乳	ポテトフライ・油・中濃ソース・トマトケチャップ 砂糖・バター・ミックスチーズ 牛乳
28	木	野菜ハイハイン お茶	白身魚の塩焼 花野菜サラダ ★あぶらごはん 味噌汁 フルーツ（グレープフルーツ）	たら 生揚げ 赤みそ・白みそ	カリフラワー・ブロッコリー・人参 青ねぎ もやし・ほうれん草 グレープフルーツルビー	砂糖・オリーブ油 米(国産)・砂糖 おつゆ麩	塩 酢・塩・醤油 本みりん・醤油・料理酒 だし	トマトドーナツ（焼き） 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 トマトジュース・油・グラニュー糖 牛乳
29	金	ハイハイン お茶	焼うどん 照り焼きミートボール チンゲン菜のしらす和え 味噌汁	豚肉・かつお節 チキンボール しらす 豆腐・赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・だし昆布 チンゲン菜・人参 わかめ・玉ねぎ	うどん・油 でん粉・砂糖	醤油 醤油 醤油・本みりん・だし だし	ツナ味噌おにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク・赤みそ 醤油・砂糖・焼きのり 麦茶
30	土	かぼちゃボーロ お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ・醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年8月給食だより（離乳後期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 きゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参 キャベツ・大根・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
2	土	ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・さつま芋	醤油		
4	月	かぼちゃボーロ お茶	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖 米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
5	火	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツの和え物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり 大根・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
6	水	ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 小松菜のお浸し 5倍がゆ スープ	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参 キャベツ・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産) じゃが芋	醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
7	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 白菜ときゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 白菜・きゅうり 人参・玉ねぎ・だし昆布	 米(国産)	醤油 醤油	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶
8	金	かぼちゃボーロ お茶	しらすとトマトうどん さつま芋の旨煮 きゅうりのお浸し	しらす	玉ねぎ・トマト・だし昆布 だし昆布 人参・きゅうり・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
9	土	野菜ハイハイン お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	小松菜・大根・人参・だし昆布	うどん・砂糖・でん粉	醤油		
12	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 人参の納豆和え 5倍がゆ スープ	たら・白みそ 納豆	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 大根・ほうれん草・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
13	水	かぼちゃボーロ お茶	豆腐のそぼろ煮 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 チンゲン菜・なす・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 スキムミルク 麦茶
14	木	ハイハイン お茶	さつま芋のそぼろ煮 きゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	さつま芋・砂糖 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
15	金	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 豆腐の磯煮 もやしとチンゲン菜の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 だし昆布・あおさのり もやし・チンゲン菜・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	あおさおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
18	月	かぼちゃボーロ お茶	白身魚の煮付 小松菜の和え物 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参 白菜・だし昆布	砂糖 米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
19	火	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん かぼちゃの旨煮 キャベツの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 麦茶
20	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 白菜ときゅうりの和え物 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり 人参・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 スキムミルク 麦茶
21	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 キャベツともやしのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 キャベツ・もやし・だし昆布 かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布	 米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
22	金	かぼちゃボーロ お茶	ブロッコリーのそぼろあん 人参の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	白菜のミルク煮 お茶	白菜 スキムミルク 麦茶
23	土	ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油		
25	月	ベビースティック お茶	白身魚の味噌煮 さつま芋の旨煮 5倍がゆ スープ	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 だし昆布 大根・キャベツ・だし昆布	砂糖・でん粉 さつま芋 米(国産)	醤油 塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
26	火	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツときゅうりのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布 小松菜・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
27	水	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 大根とほうれん草のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	白菜・人参・だし昆布 大根・ほうれん草・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
28	木	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	かぶのミルク煮 お茶	かぶ スキムミルク 麦茶
29	金	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 豆腐の磯煮 チンゲン菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布・あおさのり チンゲン菜・人参	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
30	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏塩おじや 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2025年8月給食だより（離乳中期）



SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	金	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 きゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参 キャベツ・大根・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
2	土	ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・人参・だし昆布	うどん・さつま芋	醤油		
4	月	かぼちゃボーロ お茶	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖 米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 スキムミルク 麦茶
5	火	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツの和え物 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり 大根・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
6	水	ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 小松菜のお浸し 7倍がゆ スープ	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参 キャベツ・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産) じゃが芋	醤油 塩	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
7	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 白菜ときゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 白菜・きゅうり 人参・玉ねぎ・だし昆布	 米(国産)	醤油 醤油	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶
8	金	かぼちゃボーロ お茶	しらすとトマトうどん さつま芋の旨煮 きゅうりのお浸し	しらす	玉ねぎ・トマト・だし昆布 だし昆布 人参・きゅうり・だし昆布	うどん・でん粉 さつま芋	醤油 醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
9	土	野菜ハイハイン お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	小松菜・大根・人参・だし昆布	うどん・砂糖・でん粉	醤油		
12	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 人参の納豆和え 7倍がゆ スープ	たら・白みそ 納豆	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 大根・ほうれん草・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
13	水	かぼちゃボーロ お茶	豆腐のそぼろ煮 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 チンゲン菜・なす・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 スキムミルク 麦茶
14	木	ハイハイン お茶	さつま芋のそぼろ煮 きゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・人参・だし昆布 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	さつま芋・砂糖 米(国産)	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
15	金	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 豆腐の磯煮 もやしとチンゲン菜の煮浸し	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 だし昆布・あおさのり もやし・チンゲン菜・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	あおさおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
18	月	かぼちゃボーロ お茶	白身魚の煮付 小松菜の和え物 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 小松菜・人参 白菜・だし昆布	砂糖 米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
19	火	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん かぼちゃの旨煮 キャベツの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 麦茶
20	水	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 白菜ときゅうりの和え物 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・きゅうり 人参・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 スキムミルク 麦茶
21	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 キャベツともやしのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 キャベツ・もやし・だし昆布 かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布	 米(国産)	醤油 醤油	蒸しじゃが芋 お茶	じゃが芋 麦茶
22	金	かぼちゃボーロ お茶	ブロッコリーのそぼろあん 人参の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 ほうれん草・玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	白菜のミルク煮 お茶	白菜 スキムミルク 麦茶
23	土	ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん	醤油		
25	月	ベビースティック お茶	白身魚の味噌煮 さつま芋の旨煮 7倍がゆ スープ	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 だし昆布 大根・キャベツ・だし昆布	砂糖・でん粉 さつま芋 米(国産)	醤油 塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
26	火	野菜ハイハイン お茶	鶏じゃが キャベツときゅうりのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布 小松菜・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 スキムミルク 麦茶
27	水	かぼちゃボーロ お茶	鶏肉と野菜の煮物 大根とほうれん草のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	白菜・人参・だし昆布 大根・ほうれん草・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
28	木	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	かぶのミルク煮 お茶	かぶ スキムミルク 麦茶
29	金	ハイハイン お茶	鶏野菜うどん 豆腐の磯煮 チンゲン菜のお浸し	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 だし昆布・あおさのり チンゲン菜・人参	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
30	土	かぼちゃボーロ お茶	鶏塩おじや 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油		

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	金	10倍がゆ キャベツのペースト きゅうりのペースト 人参のペースト		キャベツ きゅうり 人参	米(国産)	
2	土	10倍がゆ 人参のペースト 大根のペースト さつま芋のペースト		人参 大根	米(国産) さつま芋	
4	月	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト	豆腐	玉ねぎ ブロッコリー	米(国産)	
5	火	10倍がゆ じゃが芋のペースト きゅうりのペースト 大根のペースト		きゅうり 大根	米(国産) じゃが芋	
6	水	10倍がゆ 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		小松菜 玉ねぎ 人参	米(国産)	
7	木	10倍がゆ 白菜のペースト 大根のペースト 人参のペースト		白菜 大根 人参	米(国産)	
8	金	10倍がゆ トマトのペースト さつま芋のペースト きゅうりのペースト		トマト きゅうり	米(国産) さつま芋	
9	土	10倍がゆ 小松菜のペースト 大根のペースト 人参のペースト		小松菜 大根 人参	米(国産)	
12	火	10倍がゆ 人参のペースト 大根のペースト ほうれん草のペースト		人参 大根 ほうれん草	米(国産)	
13	水	10倍がゆ 玉ねぎのペースト かぼちゃのペースト 豆腐のペースト	豆腐	玉ねぎ かぼちゃ	米(国産)	
14	木	10倍がゆ キャベツのペースト さつま芋のペースト 人参のペースト		キャベツ 人参	米(国産) さつま芋	
15	金	10倍がゆ 人参のペースト キャベツのペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参 キャベツ	米(国産)	
18	月	10倍がゆ じゃが芋のペースト 白菜のペースト 小松菜のペースト		白菜 小松菜	米(国産) じゃが芋	
19	火	10倍がゆ キャベツのペースト かぼちゃのペースト ほうれん草のペースト		キャベツ かぼちゃ ほうれん草	米(国産)	
20	水	10倍がゆ 玉ねぎのペースト 白菜のペースト 人参のペースト		玉ねぎ 白菜 人参	米(国産)	
21	木	10倍がゆ かぼちゃのペースト 人参のペースト 大根のペースト		かぼちゃ 人参 大根	米(国産)	
22	金	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		ブロッコリー 玉ねぎ 人参	米(国産)	
23	土	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		キャベツ 玉ねぎ 人参	米(国産)	
25	月	10倍がゆ 大根のペースト さつま芋のペースト キャベツのペースト		大根 キャベツ	米(国産) さつま芋	
26	火	10倍がゆ じゃが芋のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト		小松菜 人参	米(国産) じゃが芋	
27	水	10倍がゆ 白菜のペースト ほうれん草のペースト 大根のペースト		白菜 ほうれん草 大根	米(国産)	
28	木	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		ブロッコリー 人参 玉ねぎ	米(国産)	
29	金	10倍がゆ 豆腐のペースト 人参のペースト キャベツのペースト	豆腐	人参 キャベツ	米(国産)	
30	土	10倍がゆ 人参のペースト キャベツのペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参 キャベツ	米(国産)	