



8月給食献立表

2025年08月

精華町立保育所(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
01 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ご飯 鯖の生姜煮 じゃが芋の含め煮 みそ汁	米 三温糖 じゃが芋、三温糖	さば 豆腐、みそ、わかめ	土生姜 人参 玉ねぎ、青ねぎ	しょう油 しょう油、鰹だし 鰹だし
	午後おやつ	フルーツポンチ 揚げせんべい(幼児クラス) せんべい(乳児クラス)	カクテルゼリー、きび砂糖 揚げせんべい せんべい		バナナ、黄桃缶、甘夏みかん缶	
04 月	午前おやつ	せんべい	せんべい		精華町産 玉ねぎ使用	
	屋食	ご飯 春雨のしょう油炒め きやべつと豆腐のスープ	米 はるさめ、なたね油	牛肉 豆腐	玉ねぎ、人参、ピーマン、干しいたけ きやべつ、人参、オクラ	しょう油、塩、こしょう 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	牛乳 チーズケーキ ミックス	ホットケーキミックス	牛乳 牛乳、ダイスチーズ		
05 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ご飯 鯖の塩焼き 甘酢和え みそ汁	米 三温糖、すりごま	さけ 豆腐、みそ	きゅうり、人参 冬瓜、玉ねぎ、人参、青ねぎ	塩 米酢、塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 すいか 甘辛せんべい		牛乳	すいか	
06 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	屋食	ご飯 なすとひき肉の炒め物 スープ	米 なたね油、三温糖	豚ひき肉、みそ	なす、ピーマン、人参 玉ねぎ、えのきたけ、人参、青ねぎ	酒、しょう油 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	ヨーグルトアイス(幼児クラス) ヨーグルト(乳児クラス) 甘辛せんべい		ヨーグルトアイス ヨーグルト	精華町産 玉ねぎ使用	
07 木	午前おやつ	牛乳		牛乳	精華町産 玉ねぎ使用	
	屋食	ご飯 鶏肉の生姜炒め きゅうりのサラダ みそ汁	米 なたね油、三温糖 マヨレ	鶏もも肉 みそ、油揚げ、わかめ	玉ねぎ、土生姜 きゅうり、人参 なす、玉ねぎ、青ねぎ	しょう油、酒 塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 芋けんぴ(幼児クラス) シュガーポテト(乳児クラス)	芋けんぴ なたね油、グラニュー糖、さつま芋	牛乳		
08 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ご飯 鯖の照り焼き 人参しりしり みそ汁	米 三温糖 なたね油	さわら ツナ 豆腐、みそ、わかめ	人参 きやべつ、かぼちゃ	しょう油、みりん 塩 煮干し
	午後おやつ	牛乳 おやつ焼きそば	牛乳 スパゲティ、なたね油	牛乳 豚肉、青のり	きやべつ、玉ねぎ	ウスターソース、塩
12 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	厚揚げのマーボー丼 シルバーサラダ バナナ	米、片栗粉、なたね油、三温糖 はるさめ、三温糖、ごま油	絹厚揚げ、豚ひき肉、みそ ツナ	玉ねぎ、人参、にら、干しいたけ、土生姜 きゅうり、人参 バナナ	しょう油 米酢、しょう油、塩
	午後おやつ	牛乳 グレーゼリー	きび砂糖	牛乳	ぶどう濃縮果汁、アガー	
13 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	屋食	鯖のそぼろ飯 ひじきとお揚げのたいたん みそ汁	米、三温糖 三温糖、なたね油	さば(水煮) 油揚げ、ひじき 豆腐、みそ	人参、コーン、グリーンピース、土生姜 人参 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	しょう油 しょう油、鰹だし 煮干し
	午後おやつ	牛乳 ベイクドポテト	フレンチフライポテト(冷凍)、なたね油	牛乳		塩
14 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	なすの香り丼 みそ汁 きゅうりの昆布和え	米、なたね油、片栗粉、ごま油、三温糖 じゃが芋	豆腐、豚ひき肉 みそ、わかめ 塩昆布	なす、玉ねぎ、三度豆、土生姜 きやべつ、人参 きゅうり	ケチャップ、しょう油 煮干し しょう油、塩
	午後おやつ	牛乳 メープルケーキ	ホットケーキミックス、メープルシロップ	牛乳 牛乳		
15 金	午前おやつ	牛乳		牛乳	精華町産 玉ねぎ使用	
	屋食	ご飯 焼きビーフン みそ汁	米 ビーフン、なたね油	豚肉 みそ、油揚げ	玉ねぎ、人参、ピーマン、竹の子水煮、干しいたけ なす、玉ねぎ、青ねぎ	しょう油、塩、こしょう 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 きなこマカロニ	マカロニ、きび砂糖	牛乳 きな粉		塩



* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

今月の給食目標・・・夏パテをしないよう規則正しい食生活をしましょう。



8月給食献立表

2025年08月

精華町立保育所(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
18 月	午前おやつ	せんべい	塩せんべい			
	屋食	ごはん	米		精華町産かぼちゃ使用	
食育の日		肉かぼちゃ みそ汁	突きこんにゃく、三温糖、なたね油	牛肉 絹厚揚げ、みそ	かぼちゃ、玉ねぎ、グリーンピース なす、玉ねぎ、人参、青ねぎ	しょう油 煮干し
	午後おやつ	牛乳 ゆでとうもろこし(幼児クラス) バナナ(乳児クラス)		牛乳	とうもろこし バナナ	塩
19 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ごはん 鮭フライ 添え野菜 みそ汁	米 パン粉、小麦粉、なたね油 マヨドレ	さけ 豆腐、みそ	きやべつ、きゅうり、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	塩、こしょう 塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 スナックパン	スナックパン	牛乳	精華町産かぼちゃ使用	
20 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	屋食	すき焼き丼 みそ汁 バナナ	米、系こんにゃく、三温糖、なたね油 じゃが芋	牛肉、焼き豆腐 みそ、わかめ	白菜、玉ねぎ、青ねぎ 玉ねぎ、人参、青ねぎ バナナ	しょう油 煮干し
	午後おやつ	牛乳 菓子	菓子	牛乳		
21 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ドライカレー わかめスープ みかんゼリー	米、なたね油 国産みかんゼリー	豚ひき肉 わかめ	玉ねぎ、人参、ピーマン、干しぶどう きやべつ、人参、オクラ	ケチャップ、ウスターソース、塩、カレー粉 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	牛乳 ミルクレーブ	ミルクレーブ	牛乳		
22 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ごはん 鱈の西京焼き 千切りの含め煮 豆腐汁	米 三温糖 なたね油、三温糖	さわら、みそ 油揚げ 豆腐	人参、千切り大根 玉ねぎ、小松菜、人参	みりん、酒 しょう油、鰹だし 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	牛乳 ソース飯	米、なたね油	牛乳 平天	きやべつ	お好みソース、ウスターソース、塩、こしょう
25 月	午前おやつ	せんべい	塩せんべい			
	屋食	ごはん 鶏肉の照り焼き 添え野菜 みそ汁	米 三温糖 三温糖	鶏もも肉 豆腐、みそ	きやべつ、きゅうり、人参 玉ねぎ、小松菜、人参	しょう油、酒 米酢、しょう油 煮干し
	午後おやつ	コーンごはんのおにぎり 胡麻入り味付けいりこ(幼児クラス)	米、もち米		コーン	しょう油、昆布、塩 ごま入り味付けいりこ
26 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ごはん さばの塩焼き かぼちゃの含め煮 みそ汁	米 三温糖	塩さば みそ、油揚げ	精華町産かぼちゃ使用 かぼちゃ 玉ねぎ、きやべつ、青ねぎ、人参	しょう油、鰹だし 煮干し
	午後おやつ	牛乳 豆腐ドーナツ	ホットケーキミックス、なたね油	牛乳 豆腐		
27 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	屋食	ごはん 豚肉と野菜のみそ炒め すまし汁 バナナ	米 なたね油、三温糖	豚肉、みそ 豆腐	きやべつ、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン、人参 えのきたけ、青ねぎ バナナ	酒、しょう油 鰹だし、しょう油(淡)、塩、昆布
	午後おやつ	桃のヨーグルト 塩せんべい	きび砂糖 塩せんべい	ガゼリヨーグルト	黄桃缶	
28 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ごはん まぐろのケチャップ和え みそ汁	米 なたね油、片栗粉、三温糖	まぐろ みそ、油揚げ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、土生姜 玉ねぎ、チンゲンサイ	ケチャップ、しょう油、ウスターソース、酒 煮干し
	午後おやつ	牛乳 黒糖わらび餅	わらび餅粉、きび砂糖、黒砂糖	牛乳 きな粉	アガー	塩
29 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	屋食	ごはん 焼肉風 みそ汁	米 なたね油、三温糖	牛肉 豆腐、みそ	玉ねぎ、きやべつ、人参、にら、にんにく 玉ねぎ、人参、青ねぎ	しょう油、酒 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 ココアトースト	バター、食パン	牛乳		ミルクココア



* 都合により 給食内容が変更になることがあります。

今月の給食目標・・・夏バテをしないよう規則正しい食生活をしましょう。