

8月献立表



2025年度

曜日	日付	朝食	昼食	主な材料			夕食	おやつ（午前）	おやつ（午後）
				血や肉になる	熱や力になる	調子を整える			
月	4・18	朝食を希望する場合は、お問い合わせください。	御飯 鶏のしょうゆ焼 フレッシュサラダ 味噌汁	鶏肉 ハム 油揚げ	七分搗米	さつまいも、人参 きゅうり、キャベツ 長ネギ、とうもろこし 大根	御飯 豚の味噌炒め 清汁	麦茶 ビスケット	牛乳 パインアップルホットケーキ するめ
火	5・19		タコライス シルバーサラダ コンソメスープ 果物	豚ひき肉 チーズ ハム	七分搗米	玉ネギ、人参 レタス、トマト きゅうり、春雨 キャベツ、メロン	御飯 鶏の旨煮 味噌汁	麦茶 ウエハース	麦茶 鮭菜めし チーズ
水	6・20		御飯 鰯の海苔塩焼き カボチャの煮付け 味噌汁	鰯 豚ひき肉	七分搗米	ブロッコリー、カボチャ 人参、いんげん 白菜、ごぼう	チキンライス スティック野菜 味噌汁	麦茶 クラッカー	豆乳 フルーツヨーグルト 小魚せんべい
木	7・21		御飯 豚肉となすの味噌炒め 酢の物 清汁	豚肉	七分搗米	なす、玉ネギ、長ネギ 人参、ピーマン、マイタケ キャベツ、三つ葉 きゅうり、わかめ 赤パプリカ、りんご	御飯 そぼろ煮 味噌汁	麦茶 ウエハース	麦茶 そうめんチャンプルー こぶ
金	8・22		御飯 かじきのチーズ焼き じゃこサラダ 味噌汁	かじき じゃこ豆腐	七分搗米	ピーマン、赤パプリカ 玉ネギ、キャベツ 人参、小松菜 長ネギ、きゅうり わかめ	カレー バナナ 味噌汁	麦茶 ビスケット	牛乳 おやつぱん 小魚
土	9・23		チキンライス ポテトサラダ コンソメスープ 果物	鶏肉 ハム	七分搗米	ピーマン、玉ネギ 人参、じゃがいも きゅうり、コーン キャベツ、バナナ	御飯 豚の生姜焼き 味噌汁	麦茶 クラッカー	麦茶 マカロニきなこ するめ
月	25		とり天うどん ほうれん草のごま和え もずくスープ 果物	鶏ささみ肉 卵 豆腐 油揚げ	うどん ゴマ	ほうれん草、人参 キャベツ、万能ネギ もずく、すいか		麦茶 ビスケット	麦茶 枝豆こんぶ御飯 チーズ
火	12・26		12日 お弁当の日 26日 御飯 松風焼き ハンサンスー 味噌汁	鶏ひき肉 ハム	七分搗米 ゴマ	カリフラワー、長ネギ れんこん、いんげん 人参、春雨 きゅうり、ほうれん草 ごぼう	御飯 肉じゃが 味噌汁	麦茶 ウエハース	豆乳 レモンヨーグルトマフィン こぶ
水	13・27		13日 お弁当の日 27日 御飯 アジフライ 切干サラダ 味噌汁	鰯 卵 豆腐 ハム	七分搗米	トマト、きゅうり 切干、コーン 人参、わかめ 長ネギ	炒飯 スティック野菜 味噌汁	麦茶 クラッカー	牛乳 なすとトマトのパスタ するめ
木	14・28		夏野菜キーマカレー コールスローサラダ コンソメスープ 果物	豚ひき肉	七分搗米	玉ネギ、人参、きゅうり キャベツ、じゃがいも コーン、トマト レタス、バナナ オクラ、ズッキーニ	御飯 鶏のオムライス炒め 味噌汁	麦茶 ウエハース	牛乳 ベーコンチーズボンデケーキ 小魚
金	15・29		御飯 鮭の照り焼き ひじきの煮物 味噌汁	鮭 油揚げ 大豆	七分搗米	さつまいも、人参 ひじき、いんげん 大根、水菜 小松菜	御飯 野菜炒め 味噌汁	麦茶 クラッカー	牛乳 紅茶クッキー こぶ 29日 誕生日会
土	2・16・30		御飯 麻婆春雨 ブロッコリーサラダ 中華スープ	鶏ひき肉 ハム	七分搗米	人参、にら もやし、長ネギ 玉ネギ、コーン ブロッコリー、わかめ	御飯 野菜炒め 味噌汁	麦茶 ビスケット	麦茶 クラッカーサンド するめ

*仕入れの都合による献立変更の際は、ご了承ください。

*乳児は食べやすい大きさに刻んで提供しています。

*献立表の中で初めて食べる食材がある場合、ご家庭で一度お試しください。

*体調の変化などありましたらお申し出ください。

*0・1歳には桜えびではなく、しらすを提供します。

《 午前おやつ・昼食・午後おやつあたりの平均栄養量 》

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
3歳以上児	523	24.4	16.8	74.1	241	3.0	297	0.46	0.37	55
3歳未満児	430	19.6	14.0	61.2	195	2.1	239	0.36	0.29	44

8月 離乳食予定献立表



ムーミン保育園 2025年度

曜日	日付	5～6ヶ月離乳食	7～8ヶ月離乳食	9～11ヶ月離乳食	12ヶ月～完了	
				午後おやつ	午前おやつ	午後おやつ
月	4・18	おもゆ～つぶし粥	3分～7分粥 ささみ挽肉と茄子煮 さつまいも煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と茄子煮 さつまいも煮 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 鶏のしょうゆ麹焼き刻み フレンチサラダ刻み 味噌汁	
火	5・19	野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ	3分～7分粥 ささみ挽肉と人参煮 トマト煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と人参煮 トマト煮 味噌汁 バナナ	タコライス刻み シルバーサラダ刻み コンソメスープ 果物	ビスケット パイナップルホットケーキ するめ
水	6・20	豆腐 成長に応じて提供	3分～7分粥 白身魚とブロッコリー煮 かぼちゃ煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とブロッコリー煮 かぼちゃ煮 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 鯖ののり塩焼き刻み かぼちゃの煮つけ刻み 味噌汁	クラッカー フルーツヨーグルト するめ
木	7・21	させていただきます。	3分～7分粥 ささみ挽肉とパプリカ煮 茄子煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とパプリカ煮 茄子煮 味噌汁 りんご煮	軟飯～御飯 豚肉と茄子の味噌炒め刻み 酢の物刻み 清汁	ウエハース そうめんチャンプルー するめ
金	8・22		3分～7分粥 白身魚と小松菜煮 キャベツ煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と小松菜煮 キャベツ煮 味噌汁 煮込みうどん	軟飯～御飯 かじきのチーズ焼き刻み じゃこサラダ刻み 味噌汁	ビスケット おやつパン するめ
土	9・23			全粥 肉団子とキャベツ煮 ジャガイモソテー 味噌汁 バナナ	チキンライス刻み ポテトサラダ刻み コンソメスープ 果物	クラッカー マカロニきな粉 するめ
月	25	おもゆ～つぶし粥	3分～7分粥 ささみ挽肉とトマト煮 ブロッコリー煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とトマト煮 ブロッコリー煮 味噌汁 スイカ	とり天うどん刻み ほうれん草のごま和え刻み もずくスープ 果物	ビスケット 枝豆昆布ご飯 チーズ
火	12・26	野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ	3分～7分粥 白身魚とほうれん草煮 カリフラワー煮 味噌汁(汁のみ)	12日 お弁当の日 全粥 白身魚とほうれん草煮 カリフラワー煮 味噌汁 おじや	12日 お弁当の日 軟飯～御飯 松風焼き刻み バンサンスー刻み 味噌汁	ウエハース レモンヨーグルトマフィン するめ
水	13・27	豆腐 成長に応じて提供	3分～7分粥 ささみ挽肉と人参煮 トマト煮 味噌汁(汁のみ)	13日 お弁当の日 全粥 肉団子と人参煮 トマト煮 味噌汁 煮込みうどん	13日 お弁当の日 軟飯～御飯 アジフライ刻み 切干サラダ刻み 味噌汁	クラッカー なすとトマトのパスタ するめ
木	14・28	させていただきます。	3分～7分粥 白身魚と玉ねぎ煮 マッシュポテト 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と玉ねぎのケチャップ煮 ジャガイモ煮 味噌汁 バナナ	軟飯～御飯 夏野菜キーマカレー刻み コールスローサラダ刻み コンソメスープ 果物	ウエハース ベーコンボンデケーキ するめ
金	15・29		3分～7分粥 ささみ挽肉とさつまいも煮 大根煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とさつまいも煮 ひじき煮 煮込みうどん	軟飯～御飯 鮭の照り焼き刻み ひじきの煮物刻み 味噌汁	クラッカー 紅茶クッキー するめ
土	2・16・30			全粥 肉団子と玉ねぎ煮 ブロッコリー煮 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 麻婆春雨刻み ブロッコリーサラダ刻み 中華スープ	ビスケット クラッカーサンド するめ