



令和6年度 8月 献立表

龍華保育園

日付	献立名	材料名			おやつ
		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	
01 木	簡易給食				国産ももタルト
02 金	簡易給食				はとむぎおこし
05 月	スタミナ納豆丼 小松菜とカリカリじゃこ のお浸し みそ汁(えのき) 果物(すいか)	7分づき米、ごま 油、白ごま、三温糖	飛騨納豆、鶏ひき 肉、みそ、しらす干 し、油揚げ	すいか、こまつな、に んじん、たまねぎ、ね ぎ、えのきたけ、にん にく、しょうが、カッ トわかめ	とうもろこし 
06 火	麦ごはん サバの塩焼き ささげのサラダ みそ汁(かぼちゃ)	7分づき米、マヨド し、押麦	さば、みそ、ツナ油 漬	ささげ、にんじん、 かぼちゃ、たまね ぎ、ねぎ、カットわ かめ	手作りカラフルゼ リー
07 水	冷やし中華 鶏の照り焼き 果物(バナナ)	中華麺、三温糖、ご ま油	牛乳、鶏肉、卵	バナナ、トマト、 きゅうり、にんじ ん、紅しょうが、レ モン果汁	お菓子 牛乳
08 木	黒糖パン 白身魚のカラフルマリネ コーンスープ 果物(メロン)	黒糖パン、片栗 粉、無塩バター、三 温糖、なたね油	ほぎ、牛乳、生ク リーム	うらごしコーン、たま ねぎ、メロン、こまつ な、コーン、にんじ ん、黄パプリカ、ピー マン	おにぎり(鮭) 
09 金	麦ごはん 納豆(モロヘイヤ) 高野豆腐の煮物 みそ汁(もやし)	7分づき米、押麦 、三温糖、白ごま	飛騨納豆、鶏肉、高 野豆腐、みそ、油揚 げ、しらす干し	アイスクャンディー、た まねぎ、モロヘイヤ、も やし、にんじん、国産干 しいたけ、カットわか め	アイスクャン ディー 未：国産ももゼリー
13 火	夏野菜カレー コールスローサラダ みかんゼリー	7分づき米、じゃが いも、油、なたね 油、三温糖	豚肉	キャベツ、たまねぎ、に んじん、ズッキーニ、 きゅうり、なす、トマ ト、コーン、かぼちゃ、 福神漬、にんにく	豆乳クッキー
14 水	親弁当持参				たまりせんべい
15 木	親弁当持参				こんぶあられ
16 金	親弁当持参				しょうゆせんべい
19 月	梅干しごはん 鶏肉のねぎみそ焼き ささげのごま和え たぬき汁	7分づき米、つきこ ん、白すりごま、三 温糖	牛乳、鶏肉、油揚 げ、みそ	ささげ、にんじん、 ねぎ、だいこん、梅	塩ゆで枝豆  未：お菓子

令和6年度 8月 献立表

龍華保育園

日付	献立名	材料名			おやつ
		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	
20 火	ごはん さばのねぎみそ焼き ほうれん草となめこのおひたし とうがん汁	7分づき米、片栗粉、三温糖	さば、木綿豆腐、鶏肉、みそ	とうがん、もやし、ほうれんそう、ねぎ、なめこ、国産干しいたけ	お菓子
21 水	焼きそば フライドポテト 果物（すいか）	焼きそばめん、油	豚肉	すいか、キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、紅しょうが、青のり	おにぎり(塩こんぶ) 
22 木	納豆ごはん 豚肉と玉ねぎの炒め物 みそ汁（豆腐）	7分づき米、三温糖、なたね油	豚肉、飛騨納豆、木綿豆腐、みそ	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しめじ、万能ねぎ、カットわかめ	手作りみかんゼリー
23 金	麦ごはん 鯖の照り焼き 切干大根の煮付け 豚汁	7分づき米、つきこ、押麦、三温糖、なたね油	さわら、豚肉、油揚げ、みそ	にんじん、だいこん、国産切干だいこん、ねぎ、ごぼう、しょうが	ふがし 牛乳 未：うす焼せんべい
26 月	ごはん(有機米) 高野豆腐と野菜の揚げ煮 わかめの三杯酢 みそ汁（なす）	7分づき米、じゃがいも、片栗粉、なたね油、三温糖	牛乳、鶏肉、みそ、しらす干し、油揚げ、高野豆腐	きゅうり、たまねぎ、なす、ブロッコリー、にんじん、カットわかめ	しょうゆアラシ 未：ソースせんべい
		有機米の日	コドモン動画配信メニュー		
27 火	ごはん ナスの肉みそ炒め トマトとレタスのかき玉汁 果物（ぶどう） 未：果物(オレンジ)	7分づき米、ごま油、三温糖、片栗粉	豚ひき肉、卵、みそ	なす、テラウェア、トマト、レタス、にんじん、たまねぎ、ピーマン、ねぎ、国産干しいたけ、にんにく、しょうが、	ミレービスケット ジョア
28 水	炊込みご飯 じゃが芋と豚肉の煮物 みそ汁（豆腐）	7分づき米、じゃがいも、油、三温糖	豚肉、木綿豆腐、鶏肉、みそ、油揚げ	にんじん、たまねぎ、えのきたけ、みつば、ねぎ、カットわかめ、国産干しいたけ	フルーツポンチ
29 木	ごはん 納豆（おくら・じゃこ） ひじきの煮つけ 夏野菜のみそ汁	7分づき米、三温糖、なたね油、白いりごま	飛騨納豆、油揚げ、みそ、しらす干し	たまねぎ、なす、かぼちゃ、オクラ、国産長ひじき、にんじん、カットわかめ	丸かじり飛騨トマト 
30 金	飛騨牛ピピンバ 春雨の三杯酢 わかめスープ	7分づき米、はるさめ、三温糖、白いりごま、ごま油	飛騨牛	もやし、みかん缶、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、ねぎ、ぜんまい、コーン、カットわかめ、にんにく、しょうが	いちごシャーベット 未：お菓子
		お誕生月お祝いメニュー			

*今月の栄養価（1日平均）

エネルギー	494Kcal
たんぱく質	21.4g
脂質	13.7g
食塩	1.6g

*未満児は午前にはうじ茶とお菓子があります。

*土曜日は、ほうじ茶とお菓子ができます。

*牛乳がない日はほうじ茶がです。

*食材の都合により献立を変更する場合があります。