

2025年8月



四條畷市役所こども政策課

日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
1 金	ビビンバ しめじのスープ 	米、牛肉、にんにく、青ねぎ、砂糖、濃口醤油、ごま油、ほうれん草、にんじん、きゅうり、ホールコーン、濃口醤油、砂糖、いりごま／しめじ、たまねぎ、カットわかめ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／米粉のホットケーキミックス、粉チーズ、豆乳、水、油	牛乳 果物 ◎チーズボール 
2 土	五目うどん 果物	うどん、豚肉、むきえび、はくさい、にんじん、しいたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、食塩、水／果物／牛乳／ネオバターロール[既製品のパン]	牛乳 ネオバターロール
4 月	三色丼 ベビーチーズ 豆腐とねぎのすまし汁	米、だし昆布、薄口醤油、酒、食塩、鶏ミンチ、濃口醤油、砂糖、本みりん、油、生姜、三度豆、食塩、にんじん、だし昆布、水、砂糖、食塩／ベビーチーズ／豆腐、たまねぎ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／果物／さつまいも、油、砂糖、水あめ、濃口醤油、水、黒ごま 	牛乳 果物 ◎大学芋 
5 火	ご飯 豆腐の肉あんかけ じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	米／豆腐、豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、生姜、油、砂糖、濃口醤油、煮干し、水、片栗粉／じゃがいも、たまねぎ、カットわかめ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／スクールヨーグルト／りんご、砂糖、食塩、水／揚一番	スクールヨーグルト ◎りんごのコンポート 揚一番 
6 水	ご飯 鶏肉のレモン醤油焼き 胡瓜の甘酢和え 小松菜のすまし汁	米／鶏もも肉、青ねぎ、酒、本みりん、濃口醤油、レモン果汁／きゅうり、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩／こまつな、たまねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／りんごジュース、水、砂糖、粉末かんてん、みかん缶／ぱりんこ(のり塩)	牛乳 ◎みかん入りゼリー ぱりんこ(のり塩)
7 木	ご飯 鮭のノルウェー風 白菜と人参のナムル 切干大根のみそ汁 	米／秋鮭(角切り)、片栗粉、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、水／はくさい、にんじん、えのきたけ、濃口醤油、ごま油、鶏がらスープ／切り干しだいこん、うすあげ、にんじん、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／食パン《卵なし》、きな粉、水、マーガリン、砂糖	牛乳 果物 ◎きなこラスク 
8 金	ご飯 八宝菜(キャベツ) 春雨とコーンのスープ	米／豚肉、むきえび、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、濃口醤油、食塩、油、ごま油、鶏がらスープ、片栗粉、水／春雨、コーン、ベーコン、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／薄力粉、豆乳、砂糖、水、油、いちごジャム 	牛乳 果物 ◎いちごジャムクレープ(小麦) 
9 土	味噌ラーメン 果物 	中華めん(卵なし麺)、豚肉、はくさい、にんじん、しめじ、青ねぎ、油、ごま油、鶏がらスープ、米みそ(淡色辛みそ)、濃口醤油、水／果物／牛乳／スナックパン野菜と果物[既製品のパン]	牛乳 スナックパン(野菜と果物)
11 月	  山の日 		
12 火	ご飯 チキンカレー わかめと胡瓜のサラダ 	米／鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水／きゅうり、にんじん、カットわかめ、ポン酢／ほうじ茶／フルーチェ(ピーチ)、牛乳／源氏パイ 	お茶 ◎フルーチェ(ピーチ) 源氏パイ 
13 水 お盆 期間	ツナのミートスパゲティ ベビーチーズ キャベツとコーンのスープ	スパゲティ、オリーブ油、ツナフレーク油漬、たまねぎ、にんじん、油、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、鶏がらスープ、水、食塩、白こしょう、片栗粉、砂糖／ベビーチーズ／キャベツ、たまねぎ、コーン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／ビスコ／ハッピーターン 	牛乳 果物 ビスコ ハッピーターン[3～5歳児]
14 木 お盆 期間	ご飯(味付けのり・ゆかり) 高野豆腐の煮付け さつま汁	米、味付けのり[3～5歳クラス]、ゆかり和えの素[1～2歳クラス]／高野豆腐、鶏もも肉、干しいたけ、たまねぎ、にんじん、三度豆、砂糖、薄口醤油、酒、煮干し、水／さつまいも、たまねぎ、だいこん、青ねぎ、米みそ(淡色辛みそ)、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／おにぎりせんべい【卵】／わいわいスティックゼリー	牛乳 果物 おにぎりせんべい スティックゼリー
15 金 お盆 期間	さけ炒飯 ブロッコリーのごま和え じゃが芋のスープ	米、さけフレーク、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、濃口醤油、食塩／ブロッコリー、にんじん、濃口醤油、砂糖、いりごま／じゃがいも、たまねぎ、しめじ、ベーコン、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／厚切りバウムクーヘン【小麦・卵・乳】／ラムネ菓子 	牛乳 果物 厚切バウムクーヘン ラムネ菓子
16 土 お盆 期間	肉うどん 果物 	うどん、牛肉、濃口醤油、本みりん、砂糖、たまねぎ、にんじん、しめじ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、食塩、水／果物／牛乳／黒糖フークレエ《卵・乳なし》 	牛乳 黒糖フークレエ



日付	献立名	材料名	おやつ (◎は手作りおやつ)
18月	ご飯 ポークチャップ キャベツの和え物 冬瓜のみそ汁	米／豚肉、たまねぎ、食塩、白こしょう、油、ケチャップ、トンカツソース／キャベツ、きゅうり、にんじん、濃口醤油、砂糖／とうがん、うすあげ、カットわかめ、米みそ（淡色辛みそ）、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／米、芽ひじき、にんじん、濃口醤油、砂糖、水	牛乳 果物 ◎ひじきのおやき
19火	ご飯 焼き魚(さば) じゃが芋のきんぴら 豆腐とえのきのすまし汁	米／さば、油、ポン酢／じゃがいも、にんじん、油、混合だし、水、濃口醤油、砂糖、いりごま／豆腐、えのきたけ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／スイカ／豆乳、砂糖、片栗粉、きな粉	牛乳 スイカ ◎豆乳あべかわ
お誕生日食			
20水	わかめご飯(まぜ込み) 鶏肉の唐揚げ ブロッコリーの甘酢和え 白菜のみそ汁	米、炊き込みわかめ／鶏もも肉、食塩、白こしょう、片栗粉、油／ブロッコリー、にんじん、酢、砂糖、薄口醤油、食塩／はくさい、たまねぎ、米みそ（淡色辛みそ）、白みそ、煮干し、水／きになる野菜 白ぶどう&ほうれん草／果物／米粉のホットケーキミックス、砂糖、油、水、豆乳ホイップ、砂糖	野菜ジュース(白ぶどう&ほうれん草) 果物 ◎米粉のパウンドケーキ風 (ホイップつき)
21木	ご飯 マーボーなす 春雨スープ	米／豚ミンチ、なす、たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、生姜、ごま油、濃口醤油、砂糖、鶏がらスープ、米みそ（淡色辛みそ）、片栗粉、水／春雨、チンゲン菜、ベーコン、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／食パン《卵なし》、ホールコーン、ポークウインナー、ケチャップ、ピザ用チーズ	牛乳 果物 ◎ピザトースト
22金	ご飯 野菜のみそだれかけ ほうれん草と麩のすまし汁	米／厚揚げ、鶏もも肉、だいこん、じゃがいも、にんじん、板こんにゃく、濃口醤油、だし昆布、水、米みそ（淡色辛みそ）、白みそ、砂糖、本みりん、水、いりごま、油／ほうれん草、たまねぎ、麩、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／果物／米粉のホットケーキミックス、砂糖、ココア、豆乳、水、油、粉糖	牛乳、 果物 ◎ココアホットケーキ
23土	イタリアンスパゲティー 果物	スパゲティ、オリーブ油、ベーコン、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、にんじん、トマトピューレ、ウスターソース、ケチャップ、油、食塩／果物／牛乳／アンパンマンミニスナック [既製品のパン]	牛乳 アンパンマンミニスナック (プレーン)
25月	ご飯 夏野菜カレー 胡瓜とツナのサラダ (柑橘ドレッシング)	米／豚肉、じゃがいも、かぼちゃ、たまねぎ、なす、にんじん、ピーマン、みんなの給食カレー(アレルギー27品目不使用)、ケチャップ、油、水／きゅうり、にんじん、ツナフレーク油漬、ノンオイル柑橘ドレッシング／牛乳／バナナ、みかん缶、りんご、ヨーグルト(無糖)／ばりりんこ	牛乳 ◎フルーツヨーグルト ぱりんこ
26火	ご飯 さわらの梅煮 ブロッコリーと人参のおかか和え 小松菜とえのきのみそ汁	米／さわら、生姜、無着色梅干し、砂糖、濃口醤油、酒、水／ブロッコリー、にんじん、花かつお、濃口醤油／こまつな、えのきたけ、米みそ（淡色辛みそ）、白みそ、煮干し、水／ジョア ストロベリー／果物／薄力粉、砂糖、マーガリン、いりごま、豆乳ホイップ、水	ジョア(ストロベリー) 果物 ◎ごまクッキー
27水	ご飯 ササミカツ コーンとワカメのサラダ チンゲン菜のスープ	米／鶏ささ身、食塩、白こしょう、薄力粉、水、パン粉、油、ケチャップ、トンカツソース／カットわかめ、コーン、きゅうり、ポン酢／チンゲン菜、たまねぎ、しめじ、鶏がらスープ、薄口醤油、食塩、水／牛乳／果物／ポップコーン用コーン、油、バター、食塩／ハッピーターン	牛乳 果物 ◎ポップコーン ハッピーターン【1歳児】
28木	ご飯 筑前煮 そうめんと青葱のみそ汁	米／鶏もも肉、さといも、ごぼう、にんじん、板こんにゃく、干しいたけ、三度豆、食塩、濃口醤油、砂糖、油、煮干し、水／そうめん、うすあげ、たまねぎ、青ねぎ、米みそ（淡色辛みそ）、白みそ、煮干し、水／牛乳／果物／強力粉(全粒粉)、ベーキングパウダー、砂糖、油、豆乳、水、油、粉糖	牛乳 果物 ◎ドーナツ(田原小麦)
29金	ご飯 豚肉のしょうが炒め キャベツのごま酢あえ 豆腐とワカメのすまし汁	米／豚肉、生姜、たまねぎ、砂糖、濃口醤油、本みりん、油／キャベツ、にんじん、いりごま、酢、砂糖、薄口醤油／豆腐、カットわかめ、えのきたけ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／牛乳／りんご、みかん缶、パイン缶、あわせゼリー(ピーチ)、水、砂糖／カルシウムせん	牛乳 ◎フルーツカクテル(ピーチ) カルシウムせん
30土	焼き鳥うどん 果物	うどん、鶏もも肉、濃口醤油、本みりん、水、油、たまねぎ、にんじん、しめじ、青ねぎ、だし昆布、混合だし、薄口醤油、水／果物／牛乳／厚切りバウムクーヘン【小麦・卵・乳】	牛乳 厚切バウムクーヘン

8月の1日の平均栄養量 (3歳以上児・おやつ含む) ※3歳未満児は8割の計算	エネルギー	571 kcal	鉄	2.1 mg
	たんぱく質	21.1 g	カルシウム	258 mg
	脂質	18.7 g	ビタミンC	27 mg
	塩分	2.1 g	食物繊維	4.4 g

※天候・材料等の都合により献立を変更する場合があります。

※1～2歳児クラスは、10時に牛乳がつかます。

※果物はりんご、バナナ、オレンジ等柑橘類、その他季節に応じた果物(8月はスイカ)を提供予定です。

