



2025 年 8 月の献立（龍ヶ崎工場）

く ごあいさつ 〉

晴れ渡った青空の下では朝顔やひまわりなど夏ならではの綺麗な花が咲き始めました。

水分補給、しっかりと休息をとりながら熱中症に気をつけましょう。

今月もよろしくお願いいたします。

日 付			お か す	1杯分 の栄養	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
1 (金)		トマトカレーライス	ハムソテー、 あじのさんがやき、 まめツナサラダ おうとう	339kcal 9.1g	鶏肉、脱脂粉乳、チーズ、豚肉、あじ、みそ ツナ、卵	米、油、じゃがいも、砂糖、バター 小麦粉、澱粉、はちみつ、ごま	にんにく、玉ねぎ、人参、なす、パプリカ、ズッキーニ トマト、バナナ、りんご、ごぼう、筍、ねぎ、枝豆、コーン、キャベツ、黄桃缶
4 (月)		なまりライス やきうどん	ジャンボシュウマイ、 だいこんのきんぴら、 スパイシーロール にんじんあまに、 だいがくいも	384 10.1	ツナ、豚肉、いか、たちうお、ゼラチン、卵 鶏肉、えび、かに	米、砂糖、ごま、押し麦、うどん 油、小麦粉、ごま油、じゃがいも、さつまいも、黒糖	のり、キャベツ、生姜、ねぎ、人参、玉ねぎ 大根、トマト、バナナ、レモン果汁
5 (火)		ごはん	ぶたにくのスタミナやき、 キャベツ、 えだまめコロッケ チーズかまぼこ、 ひじきのにも、 マンゴー	384 11.6	豚肉、えそ、たら、卵、チーズ、油揚げ 大豆	米、砂糖、ごま油、小麦粉、パン粉 じゃがいも、澱粉、油、マーガリン	玉ねぎ、人参、にんにく、りんご果汁、キャベツ、枝豆 ひじき、マンゴー缶
6 (水)		コロッケパン ポロネーゼ	とりにくのレモンに、 だしまきたまご、 ハートかまぼこ バターブロッコリー、 グレープゼリー	417 11.7	卵、脱脂粉乳、牛肉、豚肉、鶏肉、かつお節 ぐち、たら、ふえだい	小麦粉、砂糖、マーガリン、じゃがいも、澱粉 油、バター	玉ねぎ、人参、コーン、にんにく、レモン果汁、ブロッコリー
7 (木)		ごはん	みそつくね、 ちくわのいそべてんぷら、 やさいいため ウインナー 、 トマトかまぼこ、 だいこんのもの、 パイン	364 11.1	鶏肉、ゼラチン、むぎみそ、みそ、いとより、たちうお 卵、豚肉、たら	米、パン粉、砂糖、澱粉、小麦粉 油	ごぼう、筍、ねぎ、人参、玉ねぎ、あおさ キャベツ、トマト、ほうれん草、いんげん、大根、パイン缶
8 (金)		ボークカレーライス	ほうれんそうオムレツ、 しろみざかなフライ、 コールスローサラダ あんにんどうふ	427 8.9	豚肉、脱脂粉乳、チーズ、卵、たら	米、じゃがいも、小麦粉、澱粉、砂糖 はちみつ、油、バター、パン粉、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、トマト、バナナ、りんご、にんにく ほうれん草、キャベツ、コーン、ブロッコリー
11 (月)		〈やまのひ〉					
18 (月)		わかめおにぎり クリームクロワッサン	だんしゃくコロッケ、 マカロニいため、 えびシュウマイ ももいろさつまあげ、 ほうれんそうのなめたけあえ、 おうとう	400 9.4	卵、脱脂粉乳、豚肉、たちうお、たら、えび かに、えそ	米、小麦粉、砂糖、マーガリン、澱粉 パン粉、じゃがいも、油、マカロニ	わかめ、玉ねぎ、枝豆、ほうれん草、えのき、黄桃缶
19 (火)		ごはん	ハンバーグブラウンソース、 ほしがたポテトフライ、 スパゲティ にんじんグラッセ、 しらすとこまつなのあえもの、 あんず	384 9.7	卵、豚肉、鶏肉、牛肉、しらす干し、油揚げ	米、砂糖、小麦粉、澱粉、米粉 じゃがいも、油、バター	玉ねぎ、人参、小松菜、あんず缶
20 (水)		むぎめしおにぎり(しお) ハムチーズパン	にくだんごのやさいあんかけ、 かぼちゃのあまに、 かにかまぼこフライ むきえだまめ、 オレンジ	400 11.6	豚肉、卵、クリームチーズ、鶏肉、牛肉、たら ほき、カニかま、えび	米、押し麦、小麦粉、米粉、砂糖 マーガリン、パン粉、油、澱粉	玉ねぎ、人参、かぼちゃ、枝豆、オレンジ
21 (木)		ハンバーガー ナポリタン	チキンナゲット、 あおのりポテト、 ハートかまぼこ バターブロッコリー、 やさいジュースゼリー	387 11.6	卵、鶏肉、豚肉、脱脂粉乳、ぐち、たら ふえだい	小麦粉、砂糖、パン粉、油、マヨネーズ 澱粉、じゃがいも、バター	玉ねぎ、にんにく、生姜、りんご、トマト、ピーマン マッシュルーム、あおさ、ブロッコリー、野菜ジュース
22 (金)		ハヤシライス	プレーンオムレツ、 レバーフライ、 ポテトサラダ あんず	416 8.9	豚肉、卵、鶏レバー	米、小麦粉、砂糖、澱粉、油 パン粉、じゃがいも、マヨネーズ	玉ねぎ、マッシュルーム、コーン、ブロッコリー、あんず缶
25 (月)		チャーハン やきそば	はるまき、 バンバンジーサラダ、 にんじんあまに ほうれんそうシュウマイ、 メロン	363 9.1	なると、豚肉、ゼラチン、鶏肉、卵、えそ えび、かに	米、小麦粉、油、澱粉、春雨 砂糖、ごま油、ごま	ねぎ、パプリカ、キャベツ、生姜、人参、筍 玉ねぎ、椎茸、きゅうり、ほうれん草、メロン
26 (火)		むぎめしおにぎり(うめ) ウインナーパン	しろみざかなのチリソース、 バイクドポテト、 こうやどうふのふくめに ブロッコリーのスープに、 レモンゼリー	401 11.5	豚肉、卵、たら、高野豆腐	米、はちみつ、押し麦、小麦粉、米粉 砂糖、マーガリン、マヨネーズ、澱粉、油、ごま油、じゃがいも、バター	梅、のり、ねぎ、生姜、にんにく、ブロッコリー レモン果汁
27 (水)		ごはん	さけのなかおちカツ、 あつやきたまご、 ビーフンいため てりやきミートボール、 いんげんのごまあえ、 おうとう	403 11.4	鮭、ゼラチン、卵、豚肉、鶏肉	米、小麦粉、パン粉、砂糖、マヨネーズ 油、澱粉、米粉、ごま	キャベツ、玉ねぎ、人参、いんげん、黄桃缶
28 (木)		ホットドック ツナときのこのわふうパスタ	デミグラスブチハンバーグ、 ハーフコーンのあまに、 こぶたかまぼこ ブロッコリー、 パインゼリー	336 12.1	卵、脱脂粉乳、豚肉、鶏肉、ツナ、いとより えそ、たら	小麦粉、砂糖、マーガリン、油、パン粉 澱粉	玉ねぎ、しめじ、トマト、コーン、ブロッコリー、パイン缶
29 (金)		おさかなカレーライス	チキンフライ、 ハムソテー、 シルバーサラダ みかん	410 10.2	さば、ツナ、脱脂粉乳、チーズ、鶏肉、豚肉	米、じゃがいも、油、バター、小麦粉 澱粉、砂糖、はちみつ、パン粉、春雨、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、にんにく、生姜、トマト、バナナ りんご、コーン、いんげん、みかん缶

く ーロメモ 〉 月平均 ： 脂質12.5g 食塩相当量1.5 g

☆おやつ役割について

子供にとっておやつは『楽しみ』の要素が強く心の栄養にもなります。
そして成長、活動するためにたくさんのエネルギーを必要としますが子供は胃の容量が小さく一度の食事に必要な栄養を
摂取することができません。そのため1日3回の食事で摂りきれない栄養を補うためにおやつは第4の食事の役割があります。
日々忙しい中、手作りのおやつが作れなくてもおにぎりや果物でも必要な栄養を補えるおやつになります。
市販のお菓子を与える機会もあると思いますが、糖分や塩分控えめで薄味になっているお菓子を選ぶようにしましょう。
牛乳やヨーグルトなどをプラスすることをおすすめします。

○美味しいおやつとその働き

おにぎり、バナナ、いも類・・・活動で消費したエネルギーを補給してくれます
ヨーグルト、チーズなどの乳製品・・・カルシウムが骨や歯を丈夫にしてくれます
果物、野菜（野菜チップスなど）・・・食物繊維やビタミンが体の調子を整えてくれます

おやつは1日に必要な総エネルギーの10%～20%（150～200kcal）が目安です。



株 式 会 社 幼 稚 園 給 食

<https://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場	船橋市三咲5－32－21	TEL 047－448－1388（代）
龍ヶ崎工場	龍ヶ崎市川原代町3997－1	TEL 0297－63－0122（代）
佐倉工場	佐倉市神門439	TEL 043－498－8500（代）



	通常食献立	代替献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類		通常食献立	代替献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類	
1 (金)	トマトカレーライス	トマトカレーライス			鶏肉			小麦		21 (木)	ハンバーガー	ハンバーガー			豚肉・鶏肉		りんご・オレンジ	大豆・小麦	ごま	
	ハムソテー				豚肉・鶏肉			大豆			ナポリタン				豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	あじのさんがやき				豚肉			大豆・小麦			チキンナゲット	チキンナゲット			鶏肉			大豆・小麦		
	まめツナサラダ	まめツナサラダ						大豆			あおのりポテト									
	おうとう						もも				ハートかまぼこ									
4 (月)	なまりライス				鶏肉			大豆・小麦	ごま		22 (金)	バターブロッコリー	ブロッコリーのコンソメに			鶏肉			大豆・小麦	
	やきうどん				豚肉・鶏肉	いか	りんご	大豆・小麦				やさいジュースゼリー						りんご・オレンジ		
	ジャンボシュウマイ	ジャンボシュウマイ			豚肉			小麦		ハヤシライス					豚肉			大豆・小麦		
	だいきんのきんぴら							大豆・小麦	ごま油	プレーンオムレツ		ハムソテー			豚肉・鶏肉			大豆		
	スパイシーロール				豚肉・鶏肉		バナナ	大豆・小麦		レバーフライ					豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	にんじんあまに									ポテトサラダ		ポテトサラダ			豚肉			大豆		
だいがくいも							大豆・小麦	ごま油・ごま	あんず											
5 (火)	ごはん									25 (月)	チャーハン				豚肉			大豆・小麦		
	ぶたにくのスタミナやき				豚肉		りんご	大豆・小麦	ごま油		やきそば				ゼラチン・豚肉		りんご	大豆・小麦		
	キャベツ										はるまき				鶏肉			大豆・小麦	ごま油	
	えだまめコロッケ							大豆・小麦			パン・パンジーサラダ	パン・パンジーサラダ			鶏肉			大豆		
	チーズかまぼこ	はながんものふくめに				さば		大豆・小麦			にんじんあまに									
	ひじきのにももの							大豆・小麦			ほうれんそうシュウマイ	シュウマイ			豚肉			小麦		
	マンゴー										メロン									
6 (水)	コロッケパン	コロッケパン						大豆・小麦		26 (火)	むぎめしおにぎり(うめ)									
	ポロネーゼ				豚肉		りんご	大豆・小麦			ウインナーパン	ウインナーパン			豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	とりにくのレモンに	とりにくのレモンに			鶏肉			大豆・小麦			しろみぎかなのチリソース				鶏肉			大豆・小麦	ごま油	
	だしまきたまご	こうやどうふのふくめに						大豆・小麦			ベイクドポテト	ベイクドポテト								
	ハートかまぼこ										こうやどうふのふくめに							大豆・小麦		
	バターブロッコリー	ブロッコリーのコンソメに			鶏肉			大豆・小麦			ブロッコリーのスープに				鶏肉					
	グレープゼリー										レモンゼリー									
7 (木)	ごはん									27 (水)	ごはん									
	みそつくね				ゼラチン・鶏肉			大豆・小麦			さけのなかおちカツ	えだまめコロッケ						大豆・小麦		
	ちくわのいそべてんぶら	ちくわのいそべてんぶら						大豆・小麦			あつやきたまご	このはがたとうふよせ				さば		大豆		
	やさしいため				豚肉・鶏肉						ビーフンいため				豚肉・鶏肉			小麦		
	ウインナー				豚肉・鶏肉						てりやきミートボール	てりやきミートボール			豚肉・鶏肉		りんご・オレンジ	大豆・小麦	ごま	
	トマトかまぼこ										いんげんのごまあえ							大豆・小麦	ごま	
	だいきんのにももの							大豆・小麦			おうとう						もも			
	パイン									28 (木)	ホットドック	ホットドック			豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
8 (金)	ポークカレーライス	ポークカレーライス			豚肉・鶏肉			小麦			ツナときのこのわふうパスタ							大豆・小麦		
	ほうれんそうオムレツ	にんじんかまぼこ						大豆			デミグラスブチハンバーグ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	しろみぎかなフライ							大豆・小麦			ハーフコーンのあまに									
	コールスローサラダ	コールスローサラダ						大豆			こぶたかまぼこ	ハートかまぼこ								
	あんにんどうふ	アロエ									ブロッコリー									
18 (月)	わかめおにぎり							小麦		29 (金)	おさかなカレーライス	おさかなカレーライス			鶏肉	さば		大豆・小麦		
	クリームクロワッサン	ブルーベリージャムサンド						大豆・小麦			チキンフライ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	だんしゃくコロッケ				豚肉			大豆・小麦			ハムソテー				豚肉・鶏肉			大豆		
	マカロニいため				豚肉・鶏肉			大豆・小麦			シルバーサラダ	シルバーサラダ			豚肉			大豆		
	えびシュウマイ	シュウマイ			豚肉			小麦			みかん									
	ももいろさつまあげ	ちくわのふくめに						大豆・小麦												
	ほうれんそうのなめたけあえ							大豆・小麦												
おうとう						もも														
19 (火)	ごはん																			
	ハンバーグブラウンソース	ハンバーグブラウンソース			豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦												
	ほしがたポテトフライ							大豆												
	スパゲティ				鶏肉			大豆・小麦												
	にんじんグラッセ	にんじんあまに																		
	しらすとこまつなのあえもの							大豆・小麦												
	あんず																			
20 (水)	むぎめしおにぎり(しお)																			
	ハムチーズパン	ハムサンド			豚肉			大豆・小麦												
	にくだんごのやさいあんかけ	にくだんごのやさいあんかけ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦												
	かぼちゃのあまに																			
	かにかまぼこフライ	とうふナゲット			豚肉			大豆・小麦												
	むきえだまめ							大豆												
	オレンジ						オレンジ													

※アレルギー項目	卵・乳	甲殻類	肉類・ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
該当28品目名	卵乳	えびかに	鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	さけ さば いか あわび いくら	やまいも オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	小麦 大豆 そば(不使用)	ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ マカダミアナッツ 落花生(不使用)

※上記のアレルゲン品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。

※揚げ油は、ろ過して使用している為、アレルゲン一覧に記載されていないアレルゲンも含まれている可能性もあります

※特定・推奨アレルゲン項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができない為、安全性を考慮しお応えすることができません。

ご了承ください。

2025年 8月の通常食献立アレルギー一覧表『おかわり君』

株式会社 幼稚園給食

	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類		通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
1 (金)	トマトカレーライス	乳		豚肉・鶏肉		りんご・バナナ	大豆・小麦		21 (木)	ハンバーガー	乳・卵		豚肉・鶏肉		りんご・オレンジ	大豆・小麦	ごま
	ハムソテー			豚肉・鶏肉			大豆			ナポリタン			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	あじのさんがやき			豚肉			大豆・小麦			チキンナゲット	乳		鶏肉			大豆・小麦	
	まめツナサラダ	卵					大豆・小麦	ごま		あおのりポテト							
	おうとう					もも				ハートかまぼこ							
4 (月)	なまりライス			鶏肉			大豆・小麦	ごま	22 (金)	バターブロッコリー	乳		鶏肉			大豆・小麦	
	やきうどん			豚肉・鶏肉	いか	りんご	大豆・小麦			やさいジュースゼリー					りんご・オレンジ		
	ジャンボシューマイ	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦			ハヤシライス			豚肉			大豆・小麦	
	だいこんのきんぴら						大豆・小麦	ごま油		プレーンオムレツ	卵					大豆	
	スパイシーロール			豚肉・鶏肉		バナナ	大豆・小麦			レバーフライ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	にんじんあまに									ポテトサラダ	卵		豚肉			大豆	
	だいがくいも						大豆・小麦	ごま油・ごま		あんず							
5 (火)	ごはん								25 (月)	チャーハン			豚肉			大豆・小麦	
	ぶたにくのスタミナやき			豚肉		りんご	大豆・小麦	ごま油		やきそば			ゼラチン・豚肉		りんご	大豆・小麦	
	キャベツ									はるまき			鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	えだだめコロツケ						大豆・小麦			パンパンジーサラダ	卵		鶏肉			大豆・小麦	ごま
	チーズかまぼこ	乳・卵					小麦			にんじんあまに							
	ひじきのにももの						大豆・小麦			ほうれんそうシュウマイ	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉			大豆・小麦	
	マンゴー									メロン							
6 (水)	コロッケパン	乳・卵		牛肉			大豆・小麦		26 (火)	むぎめしおにぎり(うめ)							
	ポロネーゼ			豚肉		りんご	大豆・小麦			ウインナーパン	乳・卵		豚肉・鶏肉		りんご	大豆・小麦	
	とりにくのレモンに	卵		鶏肉			大豆・小麦			しろみざかなのチリソース			鶏肉			大豆・小麦	ごま油
	だしまきたまご	卵					大豆・小麦			ベイクドポテト	乳					大豆	
	ハートかまぼこ									こうやどうふのふくめに						大豆・小麦	
	バターブロッコリー	乳		鶏肉			大豆・小麦			ブロッコリーのスープに			鶏肉				
	グレープゼリー									レモンゼリー							
7 (木)	ごはん								27 (水)	ごはん							
	みそつくね			ゼラチン・鶏肉			大豆・小麦			さけのなかおちカツ	卵		ゼラチン	さけ		大豆・小麦	
	ちくわのいそべてんぶら	卵		豚肉			大豆・小麦			あつやきたまご	卵			さば		大豆・小麦	
	やさしいため			豚肉・鶏肉						ビーフンいため			豚肉・鶏肉			小麦	
	ウインナー			豚肉・鶏肉						てりやきミートボール	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦	ごま
	トマトかまぼこ									いんげんのごまあえ						大豆・小麦	ごま
	だいこんのにももの						大豆・小麦			おうとう					もも		
	パイン									ホットドック	乳・卵		豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
8 (金)	ボークカレーライス	乳		豚肉・鶏肉		りんご・バナナ	大豆・小麦		28 (木)	ツナときのこのわふうパスタ						大豆・小麦	
	ほうれんそうオムレツ	卵					大豆			デミグラスプチハンバーグ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	しろみざかなフライ						大豆・小麦			ハーフコーンのあまに							
	コールスローサラダ	乳・卵					大豆			こぶたかまぼこ	卵					大豆・小麦	
	あんになんどうふ	乳					大豆			ブロッコリー							
										パインゼリー							
18 (月)	わかめおにぎり						小麦		29 (金)	おさかなカレーライス	乳		豚肉・鶏肉	さば	りんご・バナナ	大豆・小麦	
	クリームクロワッサン	乳・卵					大豆・小麦			チキンフライ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦	
	だんしゃくコロツケ			豚肉			大豆・小麦			ハムソテー			豚肉・鶏肉			大豆	
	マカロニいため			豚肉・鶏肉			大豆・小麦			シルバーサラダ	卵		豚肉			大豆	
	えびシュウマイ	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦			みかん							
	ももいろさつまあげ	卵		豚肉			大豆										
	ほうれんそうのなめたけあえ						大豆・小麦										
19 (火)	おうとう					もも											
	ごはん																
	ハンバーグブラウンソース	乳・卵		豚肉・鶏肉・牛肉		りんご	大豆・小麦										
	ほしがたポテトフライ						大豆										
	スパゲティ			鶏肉			大豆・小麦										
	にんじんグラッセ	乳															
	しらすとこまつなのあえもの						大豆・小麦										
20 (水)	あんず																
	むぎめしおにぎり(しお)																
	ハムチーズパン	乳・卵		豚肉・鶏肉			大豆・小麦										
	にくだんごのやさいあんかけ	乳		豚肉・鶏肉・牛肉			大豆・小麦										
	かぼちゃのあまに																
	かにかまぼこフライ	卵	かに・えび				小麦										
	むきえだまめ						大豆										
オレンジ						オレンジ											

※アレルギー項目	卵・乳	甲殻類	肉類・ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類
該当28品目名	卵 乳	えび かに	鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	さけ さば いか あわび いくら	やまいも オレンジ キウイフルーツ もも りんご バナナ	小麦 大豆 そば(不使用)	ごま ごま油 カシューナッツ アーモンド くるみ マカダミアナッツ 落花生(不使用)

※上記のアレルゲン品目名のごま・ごま油は同一品目として28品目としております。

※揚げ油は、ろ過して使用している為、アレルギー一覧に記載されていないアレルゲンも含まれている可能性もあります

※特定・推奨アレルギー項目28品目以外の表示義務のない食材に関しては詳細な原材料の特定ができない為、安全性を考慮しお応えすることができません。

ご了承ください。