

献立表

2025年 8月

ニセコ町幼児センターきらっと

日	曜日	行事	献立名	3時のおやつ
1	金		焼きそば トマトときゅうりのサラダ 清まし汁 果物	ゆかり・チーズごはん
2	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
3	日		休園	
4	月		ごはん 豚肉の生姜焼き きゅうりのナムル 味噌汁 果物	コーンフレーク
5	火		麦ごはん ホッケのカレー風味焼き 春雨サラダ 味噌汁 果物	ラスク
6	水		麻婆豆腐丼 野菜サラダ 味噌汁 果物	そうめん
7	木		ごはん タラの磯部焼き もやしとにらの炒め物 味噌汁 果物	とうもろこし
8	金		ちゃんこうどん きゅうりと大根の酢の物 チーズ 果物	わかめごはん
9	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
10	日		休園	
11	月	山の日	休園	
12	火		ごはん 焼き魚（カレイ） 中華サラダ 味噌汁 果物	ゼリー
13	水	お盆協力保育	お弁当持参	菓子パン
14	木	お盆協力保育	お弁当持参	菓子パン
15	金	お盆協力保育	お弁当持参	菓子パン
16	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
17	日		休園	
18	月	始業日	カレーライス チーズと野菜のサラダ 福神漬け 果物	どら焼き
19	火		いなきびごはん 目玉焼き 肉野菜炒め中華風 味噌汁 果物	フルーツゼリー
20	水		ごはん 焼き魚（サバ） 大根のそぼろ煮 味噌汁 果物	アンパンマンせんべい
21	木		ごはん 鶏肉のおろし煮 ツナと野菜のソテー 味噌汁 果物	焼きビーフン
22	金		しょうゆラーメン ブロッコリーの胡麻マヨ和え チーズ 果物	サケごはん
23	土	協力保育	お弁当持参	バナナ
24	日		休園	
25	月		ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ささみと野菜の中華和え 味噌汁 果物	飲むヨーグルト
26	火		ごはん のりたま納豆 イカときゅうりのサラダ 味噌汁 果物	レーズン蒸しパン
27	水		ごはん 煮魚（アカウオ） ウインナーと野菜のソテー 味噌汁 果物	ビスケット・チーズ
28	木	お誕生会	五目ごはん とんかつ しらすと揚げナス和え きのこスープ 果物	きな粉パン
29	金		親子うどん 竹輪とキャベツのサラダ チーズ 果物	カレーピラフ
30	土	協力保育	お弁当持参	菓子パン
31	日		休園	

☆ 牛乳・果物は、毎日あります。
☆ 土曜日は、お弁当持参です。



夏野菜で熱をとりましょう



今月の栄養量（3～5歳児） （牛乳とおやつを含めています）	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム
	534kcal	21.8g	19g	275g

《今月の果物》

スイカ・メロン・オレンジ・キウイ・バナナなど
都合により変更する場合があります。

きゅうり・トマト・なす・セロリ・レタス・オクラなど、夏の暑い時期に旬を迎える夏野菜は、体の余分な熱をとるものが多いです。暑いからと言って、ジュース類やアイスクリームだけではなく夏野菜もたくさん食べて暑さを乗りきりましょう。

日清医療食品株式会社