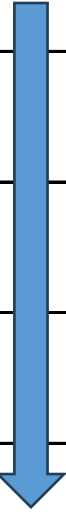


給食献立表 8月

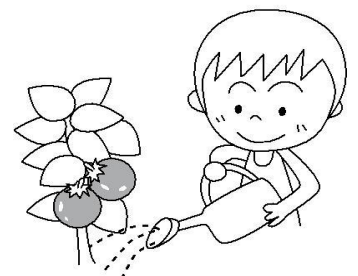


令和8年度
【3歳以上児】
西保育園

日付	曜日	献立名	材料名（昼食と☆手作りおやつ）			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			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		
1	土	カレーライス オレンジ	米、じゃがいも、油	豚もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじん	お茶 塩せんべい	
3	月	ご飯 麻婆茄子（豆腐入） キャベツのしそ和え ブルー	米、上白糖、片栗粉、ごま油、油	豆腐、豚ひき肉、赤みそ	とうもろこし、なす、きゅうり、キャベツ、ピーマン、ねぎ、にんじん、たまねぎ、ブルー	牛乳 ☆とうもろこし	
4	火	ご飯 とうがんのカレー煮 人参のマリネサラダ ー口チーズ	米、上白糖、油、米油	絹揚げ、鶏ひき肉、国産鶏ささみフレーク、ひとくちチーズ	とうがん、たまねぎ、にんじん、きゅうり、インゲン	お茶 すいか	
5	水	ごはん あじのネギソース 納豆和え オレンジ	米、片栗粉、油、上白糖、ごま油	納豆、骨なしあじ	キャベツ、オレンジ、大口町産こまつな、ねぎ、にんじん	牛乳 【お楽しみおやつ】	○お楽しみおやつ どきどき、わくわく、 何が出るのかお楽しみ！
6	木	冷やし中華 チキンナゲット バナナ	中華そば	ボークハム、チキンナゲット、牛乳	ミックスフルーツ（パイン黄桃りんご）、バナナ、もやし、きゅうり、にんじん、わかめ	お茶 ☆フルーツ入りソフトゼリー	
7	金	ご飯 高野豆腐のそぼろ煮 拌三絲	米、上白糖、はるさめ、片栗粉、油、ごま油	鶏ひき肉、国産鶏ささみフレーク、ごうや豆腐、だし	たまねぎ、にんじん、きゅうり、インゲン、干しいたけ	牛乳 ビスケット	
8	土	じゃがいも入り鶏丼 オレンジ	米、じゃがいも、系こんにゃく、上白糖、油	鶏もも肉、だし	たまねぎ、オレンジ、にんじん、ねぎ	お茶 塩せんべい	
10	月	ごはん キャベツと豚肉のみそ炒め きゅうりのしそ和え ブルー	米、油、上白糖、片栗粉	豚もも肉、赤みそ	キャベツ、きゅうり、もやし、ピーマン、にんじん、たまねぎ、エリンギ、ブルー	野菜ジュース 塩せんべい	○夏季保育協力日 この期間の、展示食は お休みです。
12	水	ハヤシライス イタリアンサラダ ー口ゼリー	米、じゃがいも、ハヤシフレーク、ドレッシングイタリアン、油、	豚もも肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり	野菜ジュース ソフトせんべい	
13	木	じゃがいも入り鶏丼 キャベツのおかか和え フルーツゼリー	米、じゃがいも、系こんにゃく、上白糖、フルーツゼリー、油	鶏もも肉、花かつおソフト削、だし	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ	野菜ジュース 塩せんべい	
14	金	アレルギーフリーカレーライス 青じそサラダ 快適野菜ゼリー	米、じゃがいも、青じそドレッシング	国産鶏ささみフレーク	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり	野菜ジュース 塩せんべい	
15	土	クリームシチューライス ー口ゼリー	米、じゃがいも、油	国産鶏ささみフレーク	たまねぎ、にんじん	お茶 塩せんべい	

※献立は、食品の栄養成分と体内作用を考慮して、三色食品群で分類しています
※食材料等の都合で献立変更する場合があります
※☆印は手作りおやつです

イラスト：株式会社アドム わんぱくランチWeb



日 付	曜 日	献 立 名	材料名（昼食と☆手作りおやつ）			3時おやつ ☆は手作りおやつ	MEMO
			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		
17	月	夏野菜カレーライス ささみ入ごまドレサラダ オレンジ	ブロックゼリー （クール）、米、 じゃがいも、ごまド レッシング、押麦、 油	豚もも肉、国産鶏さ さみフレーク	たまねぎ、キャベツ、かぼ ちゃ、オレンジ、黄桃ダイス シロップ漬、みかんシロップ 漬、なす、トマト、きゅう り、オクラ	お茶 ☆フルーツのゼリー和え	
18	火	ごはん カジキのケチャップ煮 焚き木和え	米、アメリカンチッ プス、油、片栗粉、 上白糖、ごま	かじぎ、細切り蒲 鉾、牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマ ン、きゅうり、ひじき	牛乳 ☆ポテトチップス	○ポテトチップス 保育園では、じゃがい もを油で揚げて、素材 の味を楽しみます。
19	水	親子丼 オクラときゅうりのおかか和え みかんシロップ漬	米、押麦、上白糖、 油	鶏もも肉、卵、花か つおソフト削、だし	みかんシロップ漬、たまね ぎ、きゅうり、オクラ、にん じん、みつば、干しいた け、のり	お茶 とけないアイス風いちご	
20	木	ジャージャー麺 しゅうまい バナナ	中華そば、上白糖、 片栗粉、ごま油	豚ひき肉、赤みそ、 豚肉焼売	たまねぎ、バナナ、なす、ね ぎ、ピーマン	飲むヨーグルト しょうゆせんべい	
21	金	ごはん 冬瓜のそぼろあんかけ 小松菜のごま和え フルーツゼリー	米、上白糖、片栗 粉、ごま、フルーツ ゼリー、油	鶏ひき肉、だし	とうがん、大口町産ごまつ な、にんじん、たまねぎ、 きゅうり、インゲン	牛乳 クラッカー	
22	土	ハヤシライス オレンジ	米、じゃがいも、ハ ヤシフレーク、油	豚もも肉	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん	お茶 塩せんべい	
24	月	ご飯 キャベツメンチカツ 納豆和え 白みそ汁	米	牛乳、ひきわり納 豆、プリン、素、白 みそ、煮干し、国産 キャベツメンチカツ	たまねぎ、キャベツ、なす、 きゅうり、かぼちゃ、オク ラ、ねぎ	お茶 ☆牛乳プリン	
25	火	ロールパン 鶏肉の味噌漬け焼き 豆乳かぼちゃスープ なし	上白糖、ミルクロー ルパン	無調整豆乳、鶏もも 肉、こしあん、ポー クウインナー、白み そ	たまねぎ、かぼちゃ、なし、 エリンギ、かんでん	牛乳 ☆水ようかん	
26	水	ご飯 肉じゃが じゃこのあめ煮 オレンジ	じゃがいも、米、糸 こんにゃく、上白 糖、ごま、油	豚もも肉、しらす干 し、だし	たまねぎ、にんじん、オレン ジ、インゲン	お茶 ヨーグルト	
27	木	ごはん たれ付きから揚げ イタリアンサラダ ーロチーズ	米、片栗粉、玄米米 粉、油、イタリアン ドレッシング、上白 糖、米油、粉砂糖	鶏もも肉、絹ごし豆 腐、国産鶏ささみフ レーク、ひとくち チーズ	キャベツ、にんじん、きゅう り	飲むヨーグルト ☆米粉のブラウニー	○誕生会 8月生まれのみなさ ん、おめでとござい ます。
28	金	ご飯 さばの塩焼き ピーマンとにんじんの胡麻和え 合わせ味噌汁	米、ごま、上白糖、 油	合わせみそ、煮干、 骨なしさば	ピーマン、にんじん、なす、 たまねぎ、ねぎ、わかめ	牛乳 ぱんだクッキー	
29	土	じゃがいも入り豚丼 オレンジ	米、じゃがいも、糸 こんにゃく、上白 糖、油	豚もも肉、だし	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん、ねぎ	お茶 塩せんべい	
31	月	夏のドライカレー 豆腐のサラダ なし	米、ホットケーキ ミックス、青じそド レッシング、押麦、 油	豚ひき肉、豆腐、無 調整豆乳、ポークウ インナー	たまねぎ、かぼちゃ、トマ ト、なし、キャベツ、なす、 きゅうり、わかめ	牛乳 ☆フレンチドッグ	

8月31日

やさいの日



やさいをたべて

げんきになろう！