



令和8年8月分保育所給食予定表

日 ／ 曜	献立名	おやつ 午前（未満児） 午後（全 員）	材 料 名			栄 養 価
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 ／ 土	チキンピラフ オニオンスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子 麦茶 チョコサンド	精白米／強化米／バター／じゃがいも／米サラダ油／焼きふ／コッペパン／チョコレートクリーム	鶏肉／牛乳	にんじん／ピーマン／玉ねぎ／マッシュルーム／コーン缶／パセリ／バナナ	1人1日あたり 625 kcal たんぱく質 20.7 g 脂 質 15.7 g 食塩相当量 2.3 g
3 ／ 月	ご飯 豚肉のケチャップ炒め 野菜のマヨネーズ和え 沢煮椀	牛乳 せんべい 牛乳 きな粉トースト	精白米／強化米／米サラダ油／上白糖／マヨネーズ／ごま／食パン／バター／グラニュー糖	豚肉／油揚げ／牛乳／きな粉	玉ねぎ／ブロッコリー／キャベツ／にんじん／ごぼう／こまつな	1人1日あたり 644 kcal たんぱく質 29.1 g 脂 質 26.4 g 食塩相当量 1.9 g
4 ／ 火	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き 和風サラダ 豆腐のスープ	牛乳 あられ 牛乳 シュガードーナッツ	精白米／強化米／マーレード／米サラダ油／ホットケーキミックス／三温糖／米白絞油／グラニュー糖	鶏肉／豆腐／牛乳／たまご／脱脂粉乳	にんにく／しょうが／キャベツ／きゅうり／にんじん／玉ねぎ／コーン缶	1人1日あたり 577 kcal たんぱく質 27.5 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 1.7 g
5 ／ 水	食パン ジャム あじのカレー風味揚げ ブロッコリー中華サラダ クリームスープ	牛乳 ビスケット 麦茶 おにぎり	食パン／ジャム／かたくり粉／米白絞油／三温糖／ごま／精白米／強化米	あじ／鶏肉／牛乳／鮭フレーク	しょうが／にんにく／ブロッコリー／にんじん／玉ねぎ／クリームコーン	1人1日あたり 575 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.9 g
6 ／ 木	ご飯 豆腐のつくね焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 せんべい 牛乳 コーン蒸しパン	精白米／強化米／米サラダ油／パン粉／三温糖／マカロニ／マヨネーズ／薄力粉	豆腐／鶏肉／ひじき／たまご／油揚げ／みそ／牛乳／粉チーズ	玉ねぎ／きゅうり／にんじん／こまつな／えのきたけ／コーン缶	1人1日あたり 682 kcal たんぱく質 26.9 g 脂 質 26.3 g 食塩相当量 2.0 g
7 ／ 金	ご飯 フィッシュボール きゅうりのレモン醤油和え すまし汁	牛乳 ビスケット 牛乳 ラフランスゼリー お菓子	精白米／強化米／じゃがいも／かたくり粉／バター／三温糖／米白絞油／ごま／焼きふ／ラフランスゼリー／お菓子	カレイ／なると／牛乳	にんじん／きゅうり／レモン／ねぎ	1人1日あたり 513 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 2.0 g
8 ／ 土	豚丼 みそ汁 バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子 麦茶 ジャムサンド	精白米／強化米／三温糖／コッペパン／ジャム	豚肉／わかめ／みそ／牛乳	にんじん／玉ねぎ／ねぎ／しょうが／切干しだいこん／バナナ	1人1日あたり 633 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 13.8 g 食塩相当量 2.3 g
10 ／ 月	ご飯 さばのみそ煮 キャベツのサラダ 吉野汁	牛乳 ビスケット 牛乳 あんまん	精白米／強化米／三温糖／米サラダ油／じゃがいも／かたくり粉／強力粉／薄力粉／ごま	さば／みそ／牛乳／あずき	しょうが／キャベツ／きゅうり／だいこん／にんじん／ねぎ	1人1日あたり 600 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 19.2 g 食塩相当量 1.9 g
11 ／ 火	山の日					
12 ／ 水	ご飯 鶏の唐揚げ 春雨サラダ ポテトスープ	牛乳 かぼちゃポーロ 牛乳 スコーン	精白米／強化米／かたくり粉／米白絞油／はるさめ／ごま油／三温糖／じゃがいも／米サラダ油／薄力粉／バター／チョコチップ	鶏肉／ツナ缶／牛乳	しょうが／にんにく／きゅうり／コーン缶／玉ねぎ／にんじん	1人1日あたり 657 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 1.9 g
13 ／ 木	ビビンバ みそ汁 バナナ	牛乳 せんべい 牛乳 マシュマロフレーク	精白米／強化米／米白絞油／三温糖／ごま油／ごま／バター／マシュマロ／コーンフレーク	豚肉／豆腐／みそ／牛乳	ほうれんそう／もやし／にんじん／だいこん／ねぎ／バナナ	1人1日あたり 654 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 23.5 g 食塩相当量 2.1 g
14 ／ 金	麦ご飯 ツナカレー コールスローサラダ パイン缶	牛乳 ウエハース 麦茶 ヨーグルト お菓子	精白米／押麦／じゃがいも／米サラダ油／マヨネーズ／お菓子	ツナ缶／牛乳／ヨーグルト	にんじん／玉ねぎ／キャベツ／きゅうり／コーン缶／パイン缶	1人1日あたり 605 kcal たんぱく質 14.9 g 脂 質 19.0 g 食塩相当量 1.9 g
15 ／ 土	スパゲッティミートソース わかめスープ もも缶 牛乳	牛乳 乳児用お菓子 麦茶 チョコパン	スパゲッティ／バター／米サラダ油／薄力粉／三温糖／食パン／チョコレートクリーム	豚肉／粉チーズ／わかめ／牛乳	玉ねぎ／にんじん／にんにく／コーン缶／もも缶	1人1日あたり 520 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 17.0 g 食塩相当量 1.7 g
17 ／ 月	ご飯 豚肉のケチャップ炒め 野菜のマヨネーズ和え 沢煮椀	牛乳 せんべい 牛乳 きな粉トースト	精白米／強化米／米サラダ油／上白糖／マヨネーズ／ごま／食パン／バター／グラニュー糖	豚肉／油揚げ／牛乳／きな粉	玉ねぎ／ブロッコリー／キャベツ／にんじん／ごぼう／こまつな	1人1日あたり 644 kcal たんぱく質 29.1 g 脂 質 26.4 g 食塩相当量 1.9 g
18 ／ 火	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き 和風サラダ 豆腐のスープ	牛乳 あられ 牛乳 シュガードーナッツ	精白米／強化米／マーレード／米サラダ油／ホットケーキミックス／三温糖／米白絞油／グラニュー糖	鶏肉／豆腐／牛乳／たまご／脱脂粉乳	にんにく／しょうが／キャベツ／きゅうり／にんじん／玉ねぎ／コーン缶	1人1日あたり 577 kcal たんぱく質 27.5 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 1.7 g

日 ／ 曜	献立名	おやつ 午前（未満児） 午後（全 員）	材 料 名			栄 養 価
			熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
19 ／ 水	食パン ジャム あじのカレー風味揚げ ブロッコリー中華サラダ クリームスープ	牛乳 ビスケット 麦茶 おにぎり	食パン／ジャム／かたくり粉／米白絞油／三温糖／ごま／精白米／強化米	あじ／鶏肉／牛乳／鮭フレーク	しょうが／にんにく／ブロッコリー／にんじん／玉ねぎ／コーン缶	1人1日あたり 576 kcal たんぱく質 24.9 g 脂 質 15.2 g 食塩相当量 1.9 g
20 ／ 木	ご飯 豆腐のつくね焼き マカロニサラダ みそ汁	牛乳 せんべい 牛乳 コーン蒸しパン	精白米／強化米／米サラダ油／パン粉／三温糖／マカロニ／マヨネーズ／薄力粉	豆腐／鶏肉／ひじき／たまご／油揚げ／みそ／牛乳／粉チーズ	玉ねぎ／きゅうり／にんじん／こまつな／えのきたけ／コーン缶	1人1日あたり 682 kcal たんぱく質 26.9 g 脂 質 26.3 g 食塩相当量 2.0 g
21 ／ 金	ご飯 フィッシュボール きゅうりのレモン醤油和え すまし汁	牛乳 ビスケット 牛乳 ラフランスゼリー お菓子	精白米／強化米／じゃがいも／かたくり粉／バター／三温糖／米白絞油／ごま／焼きふ／ラフランスゼリー／お菓子	カレイ／なると／牛乳	にんじん／きゅうり／レモン／ねぎ	1人1日あたり 513 kcal たんぱく質 19.6 g 脂 質 14.0 g 食塩相当量 2.0 g
22 ／ 土	豚丼 みそ汁 バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子 麦茶 ジャムサンド	精白米／強化米／三温糖／コッペパン／ジャム	豚肉／わかめ／みそ／牛乳	にんじん／玉ねぎ／ねぎ／しょうが／切干しだいこん／バナナ	1人1日あたり 633 kcal たんぱく質 24.6 g 脂 質 13.8 g 食塩相当量 2.3 g
24 ／ 月	ご飯 さばのみそ煮 キャベツのサラダ 吉野汁	牛乳 ビスケット 牛乳 あんまん	精白米／強化米／三温糖／米サラダ油／じゃがいも／かたくり粉／強力粉／薄力粉／ごま	さば／みそ／牛乳／あずき	しょうが／キャベツ／きゅうり／だいこん／にんじん／ねぎ	1人1日あたり 600 kcal たんぱく質 24.7 g 脂 質 19.2 g 食塩相当量 1.9 g
25 ／ 火	ご飯 蒸しシューマイ 納豆和え 中華風スープ	牛乳 クラッカー 麦茶 わかめスパゲッティ	精白米／強化米／ごま油／かたくり粉／スパゲッティ／バター	豚肉／納豆／鶏肉／豆腐／わかめ／牛乳／ツナ缶	玉ねぎ／しょうが／グリーンピース／こまつな／ほうれんそう／にんじん	1人1日あたり 512 kcal たんぱく質 23.8 g 脂 質 18.6 g 食塩相当量 1.8 g
26 ／ 水	コッペパン 鶏の唐揚げ 春雨サラダ ポテトスープ	牛乳 かぼちゃポーロ 牛乳 スコーン	コッペパン／かたくり粉／米白絞油／はるさめ／ごま油／三温糖／じゃがいも／米サラダ油／薄力粉／バター／チョコチップ	鶏肉／ツナ缶／牛乳	しょうが／にんにく／きゅうり／コーン缶／玉ねぎ／ブロッコリー	1人1日あたり 593 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 25.6 g 食塩相当量 2.2 g
27 ／ 木	ビビンバ みそ汁 バナナ	牛乳 せんべい 牛乳 マシュマロフレーク	精白米／強化米／米白絞油／三温糖／ごま油／ごま／バター／マシュマロ／コーンフレーク	豚肉／豆腐／みそ／牛乳	ほうれんそう／もやし／にんじん／だいこん／ねぎ／バナナ	1人1日あたり 654 kcal たんぱく質 22.9 g 脂 質 23.5 g 食塩相当量 2.1 g
28 ／ 金	麦ご飯 ポークカレー コールスローサラダ パイン缶	牛乳 ウエハース 麦茶 ヨーグルト お菓子	精白米／押麦／じゃがいも／米サラダ油／マヨネーズ／お菓子	豚肉／牛乳／ヨーグルト	にんじん／玉ねぎ／キャベツ／きゅうり／コーン缶／パイン缶	1人1日あたり 564 kcal たんぱく質 15.4 g 脂 質 14.5 g 食塩相当量 1.7 g
29 ／ 土	スパゲッティミートソース わかめスープ バナナ 牛乳	牛乳 乳児用お菓子 麦茶 チョコパン	スパゲッティ／バター／米サラダ油／薄力粉／三温糖／食パン／チョコレートクリーム	豚肉／粉チーズ／わかめ／牛乳	玉ねぎ／にんじん／にんにく／コーン缶／バナナ	1人1日あたり 571 kcal たんぱく質 20.3 g 脂 質 17.1 g 食塩相当量 1.7 g
31 ／ 月	ご飯 メンチカツ もやしのごま和え けんちん汁	牛乳 あられ 牛乳 カップケーキ	精白米／強化米／薄力粉／パン粉／米白絞油／三温糖／ごま／じゃがいも／ホットケーキミックス／チョコチップ／米サラダ油	豚肉／たまご／豆腐／牛乳	玉ねぎ／もやし／きゅうり／にんじん／だいこん／ねぎ／ごぼう	1人1日あたり 666 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 26.2 g 食塩相当量 1.9 g

※ 保育園の行事等により、献立に変更がある場合があります。
※ マヨネーズは卵不使用のマヨネーズ風味のドレッシングを使用しています。



今月のかみかみメニューは、「豆腐のつくね焼き」です。
前歯でがぶり！とかじりとり、奥歯でよく噛んで食べましょう。