

令和8年 8月分

幼児食献立表

子鳩保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後 午前
		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	焼ビーフン みそ汁	ビーフン/サラダ油/ ハードビスケット/塩 せんべい	豚肩(脂肪なし)/生揚げ/ いりこ(出汁用い りこ)/牛乳	玉葱/キャベツ/人参/も やし/ぶなしめじ/なす/ えのきたけ	牛乳 ビスケット	
3 月	ご飯 魚のてり焼き はりはりなます みそ汁 果物	米/麦/サラダ油/三 温糖/ロールパン/ク ラッカー	まだら/干ひじき/油 揚げ/わかめ/いりこ /牛乳/ロースハム/ プロセスチーズ	しょうが/切干しだいこん /人参/西洋かぼちゃ/玉 葱/ネーブル/キャベツ	牛乳 ミニドック	
4 火	ご飯 サマーシチュー キャベツとパインのサラダ 果物	米/麦/じゃがいも/ サラダ油/有塩バター /クラッカー/レーズ ン	和牛肩(脂肪なし)/牛 乳	玉葱/人参/トマト/キャ ベツ/きゅうり/パイン アップル(缶詰)/まぐわ り	牛乳 レーズンクラッカー	
5 水	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き カミカミサラダ とうがんスープ	米/麦/マーマレード /コーン缶/マヨネー ズ/コーンフレーク/ レーズン/塩せんべい	鶏若鶏肉モモ(皮付き) /しらす干し/大豆/ 鶏若鶏肉モモ(皮なし) /いりこ/牛乳	にんにく(りん茎)/しょう が/キャベツ/きゅうり/ とうがん/生しいたけ(菌床 栽培、生)/葉ねぎ/バナナ	牛乳 スティックきゅうり	
6 木	ご飯 はんぺんフライ ナムル もずく汁 果物	米/麦/パン粉/揚げ 油/ごま油/三温糖/ 甘納豆/ソフトビス ケット	はんぺん/卵/もずく /焼き竹輪/こんぶ/ かつお節/牛乳	もやし/きゅうり/人参/ 玉葱/えのきたけ/すいか /温州蜜柑缶詰(果肉)/バ ナナ/もも(缶詰果肉)	牛乳 フルーツみつ豆	
7 金	ご飯 ゴーヤチャンプル おくら納豆和え 五目汁	米/麦/油/コーンフ レーク/レーズン/ウ エハース	絞豆腐/豚モモ(脂肪な し)/卵/かつお節/糸引 納豆/焼きのり/生揚げ /いりこ/牛乳	人参/もやし/にがうり/ オクラ/玉葱/葉ねぎ/バ ナナ	牛乳 ヨーグルト和え	
8 土	焼きうどん みそ汁	うどん(乾)/サラダ油 /ごま(いり)/カステ ラ/塩せんべい	鶏ひき肉/木綿豆腐/ いりこ(出汁用い りこ)/牛乳	キャベツ/人参/生しい たけ(菌床栽培、生)/玉葱/ オクラ	牛乳 カステラ	
10 月	ご飯 魚のトマトソース焼き きゅうりの風味漬け ずまし汁 果物	米/麦/有塩バター/ 焼きふ/じゃがいも/ でんぶ/三温糖/ポ ーロ	まだら/ほめこんぶ/ わかめ/こんぶ/か つお節/牛乳/ベー コン/卵/しらす干し	トマト/きゅうり/すいか /玉葱/人参	牛乳 栄養チヂミ	
12 水	ご飯 麻婆豆腐 絆三糸	米/麦/三温糖/ごま 油/でんぶ/春雨/ サラダ油/焼きふ/有 塩バター/塩せんべい	絞豆腐/豚ひき肉/ ロースハム/卵/牛乳	玉葱/干し椎茸/にら/人 参/しょうが/きゅうり	牛乳 おふラスク	
13 木	まごころ弁当	パウムクーヘン/塩 せんべい	牛乳		牛乳 パウムクーヘン	
14 金	ご飯 カレー	米/じゃがいも/有塩 バター/はちみつ/カ ステラ/塩せんべい	和牛モモ(脂肪なし) /牛乳	玉葱/人参/グリーンピース (冷凍)/りんご/にんにく (りん茎)	牛乳 カステラ	
15 土	米粉パン 果物 牛乳	米粉パン/まるぼーろ /塩せんべい	牛乳	みかん缶	牛乳 丸ボーロ	
17 月	ご飯 魚のチーズピカタ みそマヨネーズ和え かぼちゃのスープ	米/麦/マヨネーズ/油 /ごま/コーン缶/ご ま(乾)/ごま油/ソフ トビスケット	まあじ/卵/パルメザ ンチーズ/焼き竹輪/ しらす干し(半乾燥品)	パセリ/キャベツ/にら/ 西洋かぼちゃ/玉葱/人参 /こまつな	牛乳 小松菜おにぎり	

避難訓練

誕生会

まごころ弁当

月平均栄養価	エネルギー	487 kcal	タンパク質	18.3 g
	脂 質	14.7 g	食塩相当量	2.3 g
月平均栄養価	エネルギー	545 kcal	タンパク質	21.3 g
	脂 質	17.0 g	食塩相当量	2.5 g