



8月献立予定表



2026年

しんあい保育園(一般)

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ）			10時おやつ
				きいろ：熱と力になるもの	あか：血や肉や骨になるもの	みどり：体の調子を整えるもの	
1	土	▲■ハヤシライス ▲■キャベツのスープ バナナ	牛乳 ▲■せんべい	米	ぎゅうにゅう、豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、セロリー、いんげん、コーン缶	牛乳
3	月	ごはん 鶏ごぼうつくね 磯香浸し みそ汁	牛乳 豆腐ドーナツ	米、▲■ホットケーキ粉、砂糖、油、片栗粉	ぎゅうにゅう、鶏ひき肉、■絹ごし豆腐、みそ、焼きのり	オレンジ、たまねぎ、ほうれんそう、なす、キャベツ、ごぼう、にんじん	牛乳
4	火	▲■冷やし中華 青のりポテトビーンズ メロン	牛乳 ▲■コーンピラフ	▲ゆで中華めん、米、じゃがいも、片栗粉、油、バター、砂糖	ぎゅうにゅう、■だいす水煮、◎錦糸卵、ハム、あおのり	メロン、トマト、もやし、きゅうり、たまねぎ、にんじん、コーン缶	牛乳
5	水	ごはん ▲■スタミナ焼き肉 ひじきサラダ すまし汁	牛乳 かぼちゃのケーキ	米、▲■ホットケーキ粉、砂糖、無塩バター、油、▲焼豆、ごま油	ぎゅうにゅう、豚肉(肩ロース)、■ツナ油漬、生わかめ、ひじき	バナナ、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、コーン缶、にら、葉ねぎ	牛乳
6	木	ごはん 焼塩鮭 ▲■納豆和え みそ汁	フルーチェ 幼児：▲■せんべい	米	さけ(塩)、ぎゅうにゅう、■挽きわり納豆、みそ、■油揚げ、かつお節	キウイフルーツ、ほうれんそう、だいこん、キャベツ、にんじん、葉ねぎ	牛乳
7	金	ごはん ▲■酢鶏 切干大根のナムル かき玉汁	牛乳 シュガートースト	米、▲食パン、砂糖、バター、油、片栗粉、ごま油、ごま	ぎゅうにゅう、鶏もも肉、◎卵、生わかめ	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、だけのこと(ゆで)、しいたけ、ピーマン、切り干しだいこん、葉ねぎ、しょうが	牛乳
8	土	たまごあんかけ丼 すまし汁 バナナ	牛乳 ▲■せんべい	米、片栗粉、砂糖、▲焼豆	ぎゅうにゅう、◎卵、なると	バナナ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ、ねぎ	牛乳
10	月	ごはん レバーハンバーグ ひじき煮 けんちんみそ汁	牛乳 おかかおにぎり	米、さといも、▲パン粉、砂糖、ごま油、油	ぎゅうにゅう、豚ひき肉、豚レバー、みそ、■油揚げ、ひじき、かつお節	オレンジ、にんじん、たまねぎ、だいこん、ごぼう、葉ねぎ、しょうが	牛乳
11	火	 山の日 					
12	水	ごはん 鰯の和風フライ ごま酢和え みそ汁	牛乳 米粉入りクッキー	米、米粉、無塩バター、▲小麦粉、砂糖、▲パン粉、油、すりごま、ごま	ぎゅうにゅう、さわら、■ツナ油漬、みそ、◎卵、■油揚げ、生わかめ	バナナ、キャベツ、もやし、にんじん、しょうが	牛乳
13	木	ごはん 千草焼き いんげんのカレー天 みそ汁	牛乳 アメリカンドッグボール	米、▲■ホットケーキ粉、油、▲小麦粉、片栗粉、砂糖	ぎゅうにゅう、◎卵、ウインナー、鶏ひき肉、なると、みそ、■油揚げ、生わかめ	キウイフルーツ、いんげん、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しいたけ	牛乳
14	金	ごはん ▲■麻婆茄子 パンサンスー ▲■わかめスープ	牛乳 フレンチトースト	米、▲食パン、砂糖、はるさめ、片栗粉、ごま油	ぎゅうにゅう、■絹ごし豆腐、豚ひき肉、◎卵、ハム、赤みそ、生わかめ	なす、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、コーン缶、しいたけ、しょうが、にんにく	牛乳
15	土	▲■カレーライス ▲■野菜スープ バナナ	牛乳 ■せんべい	米、じゃがいも	ぎゅうにゅう、豚肉(肩ロース)	バナナ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、コーン缶	牛乳
献立は、発注・仕入れにより、変更となる場合があります。ご了承ください。 今月はりんご組の希望を入れました🍏							

◎は鶏卵成分含有の食品・献立です。（卵殻カルシウム除く）
■は大豆成分含有の食品・献立です。（醤油・味噌・大豆油除く）
▲は小麦成分含有の食品・献立です。（醤油・酢・麦茶を除く）

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料（昼食と午後おやつ）			10時おやつ		
				きいろ：熱と力になるもの	あか：血や肉や骨になるもの	みどり：体の調子を整えるもの			
17	月	ごはん オレンジ 鶏肉のバーベキューソース 三色ごま和え みそ汁	牛乳 ゆでもろこし	米、砂糖、すりごま	ぎゅうにゅう、鶏もも肉、みそ	オレンジ、とうもろこし、ほうれんそう、なす、たまねぎ、キャベツ、にんじん、りんご、にんにく	牛乳		
18	火	☆りんご組お楽しみ献立☆ ごはん さばの煮付け コールスローサラダ	豚汁 ミニゼリー	米、さといも、砂糖、 ■卵不使用マヨネーズ	さば、ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、みそ、チーズ	バナナ、キャベツ、だいこん、みかん缶、にんじん、ごぼう、コーン缶、葉ねぎ、しょうが	牛乳		
19	水	☆幼児わくわくランチディ☆ ごはん ひじき入り肉団子 トマトサラダ	みそ汁 バナナ	米、片栗粉、油、砂糖、ごま	ぎゅうにゅう、豚ひき肉、みそ、生わかめ、ひじき	バナナ、トマト、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン缶、しょうが	牛乳		
20	木	☆ちゅうんちゅうん職員イチオシ☆ ▲■冷やしそうめん ▲■ラタトゥイユ フライドポテト	すいか 牛乳 さけおにぎり	▲ゆでそうめん、米、油、ごま、砂糖	ぎゅうにゅう、◎錦糸卵、さけ(塩)、なると、生わかめ	すいか、たまねぎ、なす、トマト、にんじん、赤ピーマン、ズッキーニ、にんにく	牛乳		
21	金	ごはん 豆腐のチーズ団子 肉じゃが みそ汁	牛乳 ジャムサンド	米、じゃがいも、 ▲■ロールパン、いちごジャム、油、片栗粉、砂糖	ぎゅうにゅう、 ■木綿豆腐、豚肉(肩ロース)、チーズ、 ■ツナ油漬、みそ、 ■油揚げ	たまねぎ、キウイフルーツ、もやし、しらたき、にんじん、葉ねぎ、グリーンピース(冷凍)	ジュース		
22	土	豚肉丼 みそ汁 バナナ	牛乳 ▲■ビスケット	米、油、砂糖、 ▲焼豆、片栗粉	ぎゅうにゅう、豚肉(肩ロース)、みそ、生わかめ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しいたけ、にら、にんにく	牛乳		
24	月	食パン ▲■なすのミートグラタン スパゲティ-サラダ ▲■冬瓜のスープ	ヨーグルト 牛乳 さくらおにぎり	▲食パン、米、 ▲スバゲティ-、 ■卵不使用マヨネーズ、油、 ▲小麦粉、 ▲パン粉、砂糖	ぎゅうにゅう、 ヨーグルト(明治)、豚ひき肉、ベーコン、粉チーズ	たまねぎ、なす、にんじん、とうがん、きゅうり、コーン缶、ピーマン	牛乳		
25	火	ごはん ▲■豆腐ハンバーグ 切干大根煮 みそ汁	オレンジ 牛乳 フルーツポンチ	米、砂糖、 ▲パン粉、片栗粉	ぎゅうにゅう、 ■木綿豆腐、鶏ひき肉、みそ、 ■油揚げ	オレンジ、たまねぎ、バナナ、なす、にんじん、みかん缶、パイン缶、切り干しだいこん、しいたけ	牛乳		
26	水	ごはん 親子焼き お浸し みそ汁	バナナ 牛乳 ▲■スバグティナポリタン	米、じゃがいも、 ▲スバゲティ-、油、砂糖	ぎゅうにゅう、◎卵、鶏もも肉、豚ひき肉、みそ、生わかめ、かつお節	バナナ、たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ、にんじん、ピーマン、グリーンピース(冷凍)	牛乳		
27	木	▲■夏野菜カレーライス ドレッシングサラダ すいか	牛乳 サイダーかん	米、油、砂糖	ぎゅうにゅう、豚肉(肩ロース)	すいか、たまねぎ、キャベツ、かぼちゃ、にんじん、なす、いんげん、コーン缶	牛乳		
28	金	ごはん さばの竜田揚げ 酢の物 みそ汁	梨 (いちご・もも組：ミニゼリー)	米、 ▲食パン、バター、砂糖、油、片栗粉	ぎゅうにゅう、さば、みそ、 ■油揚げ、生わかめ	なし、きゅうり、だいこん、葉ねぎ、しょうが	牛乳		
29	土	▲■麻婆豆腐丼 ▲■中華スープ バナナ	牛乳 ▲■せんべい	米、片栗粉、砂糖、ごま油	ぎゅうにゅう、 ■絹ごし豆腐、豚ひき肉、赤みそ、生わかめ	バナナ、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ、しょうが、にんにく	牛乳		
31	月	ごはん ▲■ホイコーロー 春雨サラダ すまし汁	キウイフルーツ 牛乳 お子さまビール	米、砂糖、はるさめ、油、ごま油、ごま	ぎゅうにゅう、豚肉(肩ロース)、ヨーグルト(無糖)、 ■絹ごし豆腐、生わかめ、豚ひき肉	キャベツ、キウイフルーツ、きゅうり、にんじん、ピーマン、しいたけ、コーン缶	牛乳		
1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー		527 kcal		鉄		1.9 mg	
		たんぱく質		19.7 g		カルシウム		218 mg	
		脂質		17.3 g		ビタミンC		31 mg	
		塩分		1.7 g		食物繊維		4 g	

※家庭で食べ物による体調不良が疑われた場合は給食で提供されない食べ物でも、必ず園に伝えるようにお願いします。