

8月 こんだてひよう

2026年度 ひのほいくえん

| 日曜日  | 献立名                                                    | 9時おやつ       | 3時おやつ                      | 主な材料                                                                                                    |
|------|--------------------------------------------------------|-------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 土  | にゅうめん<br>小松菜じゃこ炒め・バナナ                                  | せんべい<br>麦茶  | おにぎり (ゆかり)                 | そうめん・鶏肉・ねぎ・大根・人参・ほうれん草<br>小松菜・じゃこ・玉ねぎ・しめじ・バナナ/精白米・ゆかりふりかけ                                               |
| 3 月  | ロールパン (卵入り) 野菜ごろうとスーパ<br>ラトウイユースがけチキン・ステーキツキゅうリ (ごま味噌) | クワツカー<br>麦茶 | カレーピラフ<br>チーズ・麦茶           | ロールパン・大根・人参・ブロッコリー・じゃがいも・玉ねぎ・鶏肉・なす・トマト缶・バセリ<br>スッキーニ・パプリカ・きゅうり・ごま/精白米・人参・玉ねぎ・コーン・カレー粉・バセリ・チーズ           |
| 4 火  | ごはん・かぼちやの味噌汁<br>焼酎・オクラと納豆の梅和え・バナナ                      | クツキー<br>牛乳  | とうもろこし<br>小魚・麦茶            | 精白米・かぼちや・ねぎ・油揚げ・鮭・オクラ・梅干し・納豆<br>きゅうり・しそ・削り節・バナナ/とうもろこし・小魚                                               |
| 5 水  | 豚丼・豆腐とねぎの味噌汁<br>じゃこサラダ・スイカ                             | せんべい<br>麦茶  | ビスケット・麦茶                   | 精白米・豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・刻みのり・豆腐・ねぎ・小松菜<br>じゃこ・レタス・きゅうり・トマト・ごま・ごま油・スライス/ヨーグルト・アルーベリ・ジャム・牛乳・ビスケット               |
| 6 木  | わかめごはん・冬瓜のすまし汁<br>スコップコロツケ・フレンチサラダ・オレソジ                | バナナ<br>牛乳   | 焼きそば<br>小魚・麦茶              | 精白米・わかめふりかけ・冬瓜・小ねぎ・玉ねぎ・豚挽肉・じゃがいも・パン粉<br>レタス・きゅうり・人参・ブロッコリー・オレソジ/産し中華麺・人参・ピーマン・もやし・きやべつ・小魚               |
| 7 金  | ごま塩ごはん・春雨スーパ・バナナ<br>鶏のふんわりつくね (豆腐入り)・鉄骨サラダ             | ビスケット<br>牛乳 | おにぎり (塩昆布)<br>小魚・麦茶        | 精白米・ごま・春雨・人参・椎茸・鶏挽肉・片栗粉・豆腐・小松菜・ひじき<br>じゃこ・きゅうり・チーズ・ごま油・バナナ/精白米・塩昆布・小魚                                   |
| 8 土  | ハヤシライス・キャベツのコンソメスーパ<br>フレンチサラダ・オレソジ                    | クワツカー<br>麦茶 | バナナ・せんべい<br>麦茶             | 精白米・豚肉・人参・玉ねぎ・しめじ・マッシュルーム・ハヤシルー・キャベツ・大根<br>ブロッコリー・レタス・きゅうり・オレソジ/バナナ・せんべい                                |
| 10 月 | ごはん・小松菜の味噌汁・バナナ<br>生姜焼き・きやべつとひじきのサラダ                   | せんべい<br>麦茶  | ラスク<br>牛乳                  | 精白米・小松菜・人参・えのき・豚肉・生薑・玉ねぎ<br>きやべつ・ひじき・ブロッコリー・バナナ/食パン・バター・牛乳                                              |
| 12 水 | ごはん・鶏のポトフ・グレープフルーツ<br>タラのクリームコン焼き・温野菜                  | クワツカー<br>麦茶 | チキンピラフ<br>チーズ・麦茶           | 精白米・じゃがいも・鶏肉・人参・玉ねぎ・タラ<br>クリーム・コン・ブロッコリー・カブ/ラッパ・さつまいも・グレープフルーツ/精白米・鶏肉・人参・チーズ                            |
| 13 木 | カレーライス・わかめスーパ<br>グリーンサラダ・オレソジ                          | ビスケット<br>牛乳 | ラクトアイス<br>ウエハース・麦茶         | 精白米・豚肉・人参・玉ねぎ・じゃがいも・小麦粉・カレールー・小ねぎ・わかめ<br>レタス・いんげん・ブロッコリー・オレソジ/ラクトアイス・ウエハース                              |
| 14 金 | 味噌にゅうめん・ヨーグルト<br>きやべつと桜えびの和え物                          | バナナ<br>牛乳   | おにぎり (わかめ)<br>小魚・麦茶        | そうめん・鶏肉・人参・大根・玉ねぎ・ねぎ・ほうれん草<br>きやべつ・桜えび・ごま・ごま油・ヨーグルト・アルーベリ・ジャム/精白米・わかめふりかけ・小魚                            |
| 15 土 | 炊き込みごはん・お麩のすまし汁<br>かぼちやの甘煮・バナナ                         | クワツカー<br>麦茶 | せんべい・オレソジ<br>麦茶            | 精白米・鶏肉・人参・椎茸・コーン・お麩<br>小松菜・玉ねぎ・かぼちや・絹さや・バナナ/せんべい・オレソジ                                                   |
| 17 月 | 胚芽パン・カラフルスーパ・ヨーグルト<br>ポーグピーンズ・人参しりしり                   | クワツカー<br>麦茶 | 炊き込みごはん<br>小魚・麦茶           | 胚芽パン・人参・コーン・ブロッコリー・豚肉・水菜・豆・玉ねぎ・じゃがいも・トマト缶・バセリ<br>じゃこ・糸こんにゃく・ピーマン・ヨーグルト/精白米・鶏肉・人参・玉ねぎ・小魚                 |
| 18 火 | バセリごはん・オクラスーパ・スイカ<br>鶏肉の夏野菜ソースがけ・とうもろこし                | クツキー<br>麦茶  | レモンバターケーキ<br>牛乳            | 精白米・バセリ・オクラ・人参・えのき・鶏肉・ピーマン・玉ねぎ・スッキーニ・パプリカ<br>とうもろこし・スイカ/ゆ麦粉・バター・ベークン/グナ/ター・レモン果汁・生クリーム・牛乳               |
| 19 水 | ごはん・なすの味噌汁・グレープフルーツ<br>カジキのチーズ照り焼き・手作り切り干し大根           | バナナ<br>牛乳   | ココア豆乳蒸しパン<br>(スキムミルク入り) 牛乳 | 精白米・なす・ねぎ・玉ねぎ・メカジキ・チーズ・生薑・大根・油揚げ・椎茸<br>人参・いんげん・グレープフルーツ/ホットケーキミックス・豆乳・ココア・スキムミルク・牛乳                     |
| 20 木 | ごはん (栄養ふりかけ)・大根のすまし汁<br>豚しゃぶサラダ・バナナ                    | ビスケット<br>牛乳 | オレソジゼリー<br>せんべい・麦茶         | 精白米・刻み昆布・じゃこ・ごま・青のり・人参・大根・小松菜<br>レタス・きゅうり・豚肉・もやし・トマト・ごま油・バナナ/オレソジ/ジャム・鶏肉・みかん缶・せんべい                      |
| 21 金 | 夏野菜スバツチイ (ベーコン入り)・コンソメスーパ<br>ベイクドポテト・ステーキツキゅうリ (かつおだし) | せんべい<br>麦茶  | 中華雑炊<br>小魚・麦茶              | スバツチイ・ベーコン・なす・玉ねぎ・スッキーニ・トマト・大根・人参・きやべつ<br>じゃがいも・青のり・きゅうり/精白米・鶏肉・人参・椎茸・青梗菜・小魚                            |
| 22 土 | 三色丼・わかめスーパ<br>ナムル・バナナ                                  | クワツカー<br>麦茶 | おにぎり (ゆかり)<br>麦茶           | 精白米・豚挽肉・小松菜・コーン・わかめ・ごま<br>人参・きゅうり・もやし・ごま油・バナナ/精白米・ゆかりふりかけ                                               |
| 24 月 | ツナマヨサンド・えのきときやべつのコンソメスーパ<br>スパニッシュオムレツ・野菜炒め・オレソジ       | クツキー<br>牛乳  | 梅じゃこごはん<br>麦茶              | 食パン・ツナ缶・きゅうり・マヨネーズ・人参・えのき・きやべつ・バセリ・鶏卵・じゃがいも・玉ねぎ<br>もやし・ピーマン・コーン・オレソジ/精白米・梅干し・じゃこ・ごま                     |
| 25 火 | ごはん・オクラのすまし汁・バナナ<br>鮭のごまぶし・枝豆入りかぼちやサラダ (マヨネーズ)         | せんべい<br>麦茶  | 人参ポンドケーキ<br>牛乳             | 精白米・オクラ・人参・ねぎ・鮭・ごま・枝豆・かぼちや・きゅうり・コーン<br>マヨネーズ・バナナ/白玉粉・ホットケーキミックス・人参・粉チーズ・牛乳                              |
| 26 水 | ごはん・もずくの味噌汁・グレープフルーツ<br>厚揚げ焼き野菜あんかけ・ちくわきゅうり            | バナナ<br>牛乳   | いももち<br>小魚・麦茶              | 精白米・もずく・小ねぎ・人参・厚揚げ・鯛さや・ピーマン・片栗粉<br>ちくわ・きゅうり・グレープフルーツ/じゃがいも・片栗粉・小魚                                       |
| 27 木 | ちゃんぽん<br>ササミサラダ・バナナヨーグルト                               | クワツカー<br>麦茶 | 焼きもちごはん<br>小魚・麦茶           | 中華麺・豚肉・人参・ねぎ・白菜・かまぼこ・もやし・きやべつ・ささみ<br>レタス・きゅうり・ヨーグルト・バナナ/精白米・とうもろこし・小魚                                   |
| 28 金 | チキンバターカレー・おいものコンソメスーパ<br>ブロッコリーサラダ・フルーツポンチ             | ビスケット<br>牛乳 | クワツカーサンド<br>牛乳             | 精白米・鶏肉・バター・人参・玉ねぎ・トマト缶・カレールー・小麦粉・じゃがいも・いんげん・きやべつ<br>きゅうり・レタス・ブロッコリー・スイカ・みかん缶/クワツカー・クリームチーズ・アルーベリ・ジャム・牛乳 |
| 29 土 | 塩ラーメン<br>しゅうまい・バナナ                                     | せんべい<br>麦茶  | おにぎり (ひじきふりかけ)<br>麦茶       | 中華麺・豚肉・人参・きやべつ・もやし・コーン・豚挽肉・玉ねぎ・生薑<br>片栗粉・しゅうまいの皮・バナナ/精白米・ひじき・ごま                                         |
| 31 月 | ごはん・じゃがいもの味噌汁・オレソジ<br>豚となすのおろし炒め・きやべつの塩昆布和え            | クワツカー<br>麦茶 | サーターアランダギー<br>牛乳           | 精白米・じゃがいも・油揚げ・わかめ・豚肉・大根・なす・しめじ・人参<br>きやべつ・きゅうり・塩昆布・ごま油・オレソジ/ゆ麦粉・ベークン/グナ/ター・かぼちや・牛乳                      |

★仕入れの都合上、献立を変更することがありますのでご了承ください。

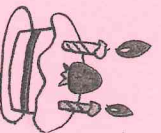
★調味料は記載していません。

★お昼の給食には麦茶がつきます。

★土曜日のおやつ (おにぎり) は幼児クラスから自分達でにぎります。

| エネルギー   | たんぱく質 | 脂質    | 食塩   |
|---------|-------|-------|------|
| 569kcal | 21.0g | 13.6g | 2.8g |

(3歳以上児 1ヶ月平均)



8/18(火) お誕生日会メニューです

夏の野菜祭(オクラ・ピーマン・パプリカ・ズッキーニ・とうもろこし・スイカ)を1食、た  
メニューです。夏の野菜をたくさん食べると今年の夏も元気に過ごしていきましょう!!  
おかわしをデザートが「入った」さあかいたお菓子の「パプリカ」ケーキです

