



令和8年8月

日	曜	昼 食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)	卵	乳	小麦
1	土	●厚揚げの照りマヨ丼 [小麦] キャベツのおかか和え みそ汁 (大根・たまねぎ) ラフランスゼリー	厚揚げ・かつお削り節・みそ	米・調合油・マヨドレ ラフランスゼリー ●[小麦]薄力粉	たまねぎ・グリビース・キャベツ にんじん・大根	しょうゆ・みりん・だし			●
3	月	ごはん ●豆腐の卵とじ [卵] にんじんと鶏ひき肉の炒め物 ●みそ汁 (麩・ほうれんそう) [小麦] パイナップル缶	木綿豆腐・鶏ひき肉・みそ ●[卵]卵	米・上白糖・調合油 ●[小麦]小町麩	たまねぎ・グリビース・にんじん ほうれんそう・パイナップル缶	だし・みりん・しょうゆ・水 鶏ガラスープ顆粒・食塩	●		●
4	火	ごはん 塩レモンから揚げ ひじきと大豆のごまサラダ みそ汁 (じゃがいも・たまねぎ) マスカットゼリー	鶏もも・大豆水煮・みそ	米・かたくり粉・調合油・上白糖 すり白ごま・じゃがいも マスカットゼリー	レモン果汁・ひじき・にんじん さやいんげん・たまねぎ	おろししょうが・料理酒・食塩 しょうゆ・だし			
5	水	ごはん ●豚肉の生姜焼き [小麦] オクラのお浸し みそ汁 (チンゲンサイ・えのき) 梨	豚小間・みそ	米・調合油・上白糖 ●[小麦]薄力粉	たまねぎ・オクラ・にんじん チンゲンサイ・えのきだけ・梨	おろししょうが・しょうゆ・みりん 料理酒・だし			●
6	木	●ジャージャー麺 [小麦] ブロッコリーの甘辛ごま和え スープ (たまねぎ・コーン) ●ヨーグルト (加糖) [乳]	鶏ひき肉・みそ ●[乳]ヨーグルト	ごま油・上白糖・かたくり粉 いり白ごま ●[小麦]中華めん	ねぎ・きゅうり・ブロッコリー にんじん・たまねぎ・コーン	おろししょうが・水・しょうゆ 料理酒・鶏ガラスープ顆粒 食塩		●	●
7	金	ごはん さわらの照り焼き こまつなの納豆和え みそ汁 (じゃがいも・わかめ) オレンジ	さわら・挽きわり納豆 かつお削り節・みそ	米・上白糖・かたくり粉・調合油 じゃがいも	こまつな・にんじん カットわかめ・オレンジ	料理酒・しょうゆ・みりん・だし			
8	土	ごはん 鶏肉とブロッコリーの炒め物 大根のマヨサラダ スープ (コーン・ねぎ) りんごゼリー	鶏むね	米・調合油・マヨドレ りんごゼリー	ブロッコリー・たまねぎ・大根 にんじん・コーン・ねぎ	鶏ガラスープ顆粒・食塩・水			
10	月	ごはん 肉じゃが キャベツとピーマンのツナ和え ●みそ汁(豆腐・麩) [小麦] オレンジ	豚小間・ツナ・絹ごし豆腐 みそ	米・じゃがいも・調合油・上白糖 ●[小麦]小町麩	にんじん・さやいんげん キャベツ・ピーマン・オレンジ	だし・しょうゆ・穀物酢			●
11	火	じゃこそぼろチャーハン 切干し大根の中華サラダ スープ(ほうれんそう・コーン) ピーチゼリー	鶏ひき肉・しらす干し	米・ごま油・上白糖・いり白ごま ピーチゼリー	たまねぎ・ピーマン 切干し大根・カットわかめ にんじん・ほうれんそう・コーン	みりん・しょうゆ・穀物酢・水 鶏ガラスープ顆粒・食塩			
12	水	ごはん ●ボークチャップ [小麦] ポテトサラダ ●スープ(ブロッコリー・たまねぎ) [乳・小麦] パイナップル缶	豚小間	米・調合油・上白糖・じゃがいも マヨドレ ●[小麦]薄力粉	たまねぎ・にんじん さやいんげん・ブロッコリー パイナップル缶	食塩・トマトケツ おろしにんにく・水 ●[乳・小麦]コッパ		●	●
13	木	ごはん 焼肉チキン 春雨サラダ スープ (オクラ・にんじん) オレンジ	鶏もも・みそ	米・上白糖・ごま油・普通春雨	にんじん・きゅうり オクラスライス・オレンジ	おろしにんにく・みりん・しょうゆ 穀物酢・食塩・水 鶏ガラスープ顆粒			
14	金	ごはん ●カレイのムニエル [乳・小麦] かぼちゃの煮物 みそ汁 (キャベツ・にんじん) ●ヨーグルト(いちごジャム) [乳]	カレイ・みそ ●[乳]アレンゾグ 鮎 ●[乳]はらみ鮎	米・調合油・上白糖 いちごミックスジャム ●[小麦]薄力粉 ●[乳]無塩バター	かぼちゃ・グリビース・キャベツ にんじん	料理酒・食塩・バセリ・だし しょうゆ		●	●
15	土	カレーそぼろ丼 ブロッコリーのサラダ ●スープ(かぼちゃ・たまねぎ) [乳・小麦] ラフランスゼリー	鶏ひき肉	米・上白糖・ラフランスゼリー	たまねぎ・にんじん・コーン ブロッコリー・かぼちゃ	水・カレー粉・しょうゆ・みりん 穀物酢・食塩 ●[乳・小麦]コッパ		●	●
17	月	ごはん ●豆腐の卵とじ [卵] にんじんと鶏ひき肉の炒め物 ●みそ汁 (麩・ほうれんそう) [小麦] パイナップル缶	木綿豆腐・鶏ひき肉・みそ ●[卵]卵	米・上白糖・調合油 ●[小麦]小町麩	たまねぎ・グリビース・にんじん ほうれんそう・パイナップル缶	だし・みりん・しょうゆ・水 鶏ガラスープ顆粒・食塩	●		●
18	火	ごはん 塩レモンから揚げ ひじきと大豆のごまサラダ みそ汁 (じゃがいも・たまねぎ) マスカットゼリー	鶏もも・大豆水煮・みそ	米・かたくり粉・調合油・上白糖 すり白ごま・じゃがいも マスカットゼリー	レモン果汁・ひじき・にんじん さやいんげん・たまねぎ	おろししょうが・料理酒・食塩 しょうゆ・だし			



令和8年8月

日	曜	昼 食	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)	卵	乳	小麦
19	水	ごはん ●豚肉の生姜焼き【小麦】 オクラのお浸し みそ汁（チンゲンサイ・えのき） 梨	豚小間・みそ ●[乳]ヨーグルト	米・調合油・上白糖 ●[小麦]薄力粉	たまねぎ・オクラ・にんじん チンゲンサイ・えのきたけ・梨	おろししょうが・しょうゆ・みりん 料理酒・だし			●
20	木	●ジャージャー麺【小麦】 アロコリ-の甘辛ごま和え スープ（たまねぎ・コーン） ●ヨーグルト（加糖）【乳】	豚ひき肉・みそ ●[乳]ヨーグルト	ごま油・上白糖・かたくり粉 いり白ごま ●[小麦]中華めん	ねぎ・きゅうり・ブロッコリー にんじん・たまねぎ・コーン	おろししょうが・水・しょうゆ 料理酒・鶏ガラスープ顆粒 食塩		●	●
21	金	ごはん さわらの照り焼き こまつなの納豆和え みそ汁（じゃがいも・わかめ） オレンジ	さわら・挽きわり納豆 かつお削り節・みそ	米・上白糖・かたくり粉・調合油 じゃがいも	こまつな・にんじん カットわかめ・オレンジ	料理酒・しょうゆ・みりん・だし			
22	土	ごはん 鶏肉とブロッコリーの炒め物 大根のマヨサラダ スープ（コーン・ねぎ） りんごゼリー	鶏もね	米・調合油・マヨドレ りんごゼリー	ブロッコリー・たまねぎ・大根 にんじん・コーン・ねぎ	鶏ガラスープ顆粒・食塩・水			
24	月	ごはん 肉じゃが キャベツとピーマンのツナ和え ●みそ汁(豆腐・麩)【小麦】 パイナップル缶	豚小間・ツナ・絹ごし豆腐 みそ	米・じゃがいも・調合油・上白糖 ●[小麦]小町麩	にんじん・さやいんげん キャベツ・ピーマン パイナップル缶	だし・しょうゆ・穀物酢			●
25	火	じゃこそぼろチャーハン 切干し大根の中華サラダ スープ(ほうれんそう・コーン) ピーチゼリー	鶏ひき肉・しらす干し	米・ごま油・上白糖・いり白ごま ピーチゼリー	たまねぎ・ピーマン 切干し大根、カットわかめ にんじん・ほうれんそう・コーン	みりん・しょうゆ・穀物酢・水 鶏ガラスープ顆粒・食塩			
26	水	●食パン【乳・小麦】 ●ボークチャップ【小麦】 ポテトサラダ ●スープ(ブロッコリー・たまねぎ)【乳・小麦】 オレンジ	豚小間	調合油・上白糖・じゃがいも マヨドレ ●[乳・小麦]食パン ●[小麦]薄力粉	たまねぎ・にんじん さやいんげん・ブロッコリー オレンジ	食塩・トマトパウダー おろしにんにく・水 ●[乳・小麦]コッパ		●	●
27	木	ごはん 焼肉チキン 春雨サラダ スープ（オクラ・にんじん） ●ヨーグルト(いちごジャム)【乳】	鶏もも・みそ ●[乳]アレンジデザート ●[乳]アイスクリーム	米・上白糖・ごま油・普通春雨 いちごミックスジャム	にんじん・きゅうり・オクラ	おろしにんにく・みりん・しょうゆ 穀物酢・食塩・水 鶏ガラスープ顆粒		●	
28	金	ごはん ●カレイのムニエル【乳・小麦】 かぼちゃの煮物 みそ汁（キャベツ・にんじん） パイナップル缶	カレイ・みそ	米・調合油・上白糖 ●[小麦]薄力粉 ●[乳]無塩バター	かぼちゃ・ケルビス・キャベツ にんじん・パイナップル缶	料理酒・食塩・パセリ・だし しょうゆ		●	●
29	土	カレーそぼろ丼 ブロッコリーのサラダ ●スープ(かぼちゃ・たまねぎ)【乳・小麦】 ラフランスゼリー	豚ひき肉	米・上白糖・ラフランスゼリー	たまねぎ・にんじん・コーン ブロッコリー・かぼちゃ	水・カレイ粉・しょうゆ・みりん 穀物酢・食塩 ●[乳・小麦]コッパ		●	●
31	月	●厚揚げの照りマヨ丼【小麦】 キャベツのおかか和え みそ汁（大根・たまねぎ） オレンジ	厚揚げ・かつお削り節・みそ	米・調合油・マヨドレ ●[小麦]薄力粉	たまねぎ・ケルビス・キャベツ にんじん・大根・オレンジ	しょうゆ・みりん・だし			●

※食べていない食材がある場合は給食提供日までに、何回かご自宅で試して下さい。アレルギーが出た場合は速やかに担当保育士までご連絡下さい。
※都合により献立・食材を変更することがあります。