



令和8年8月

日	曜	昼 食	3 時	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	●牛乳【乳】 ●ココアケーキ【乳・小麦】	厚揚げ・かつお節り節・みそ ●【乳】普通牛乳 ●【乳】A16249・●【乳】牛乳 ●【乳】A16249	米・調合油・マヨドレ ラフランスゼリー・上白糖 ●【小麦】薄力粉 ●【小麦】お汁・A16249	たまねぎ・ブロッコリー・キャベツ にんじん・大根	しょうゆ・みりん・だし・ココア		●	●
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（鮎・ほうれんそう）【小麦】 バイナップル缶	●牛乳【乳】 ●水ようかん【乳】	木綿豆腐・鶏ひき肉・みそ こしあん ●【卵】卵・●【乳】普通牛乳 ●【乳】A16249	米・上白糖・調合油 ●【小麦】小町粉	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん ほうれんそう・バイナップル缶 粉寒天	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	●牛乳【乳】 ●スコーン（りんごジャム添え）【乳・小麦】	鶏もも・大豆水煮・みそ ●【乳】普通牛乳 ●【乳】A16249・●【乳】牛乳	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・りんごジャム ●【小麦】薄力粉	レモン果汁・ひじき・にんじん きやいんげん・たまねぎ	おろししょうが・料理酒・食塩 しょうゆ・だし・ベークパウダー		●	●
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	●牛乳【乳】 ●みそポテト【小麦】	豚小間・みそ ●【乳】普通牛乳	米・調合油・上白糖・じゃがいも ●【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・水		●	●
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】	●牛乳【乳】 わかめおにぎり	鶏ひき肉・みそ ●【乳】ヨーグルト ●【乳】普通牛乳	ごま油・上白糖・かたくり粉 ●【乳】ヨーグルト ●【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 カットわかめ	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・みりん		●	●
7	金	ごはん さわらの照り焼き こまつな納豆和え みそ汁（じゃがいも・わかめ） オレンジ	●牛乳【乳】 ●にんじんホットケーキ【乳・小麦】	さわら・焼きわり納豆 かつお節り節・みそ ●【乳】普通牛乳・●【乳】乳飲料	米・上白糖・かたくり粉・調合油 じゃがいも ●【小麦】お汁・A16249	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	●牛乳【乳】 しらすと青のりのおにぎり	鶏むね・しらす干し ●【乳】普通牛乳	米・調合油・マヨドレ りんごゼリー・ごま油	ブロッコリー・たまねぎ・大根 にんじん・コーン・ねぎ・青のり	鶏ガラスープ顆粒・食塩・水 しょうゆ・みりん		●	
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・鮎）【小麦】 オレンジ	●牛乳【乳】 ●パウンドケーキ【乳・小麦】	豚小間・ツナ・納ごし豆腐・みそ ●【乳】普通牛乳・●【乳】牛乳	米・じゃがいも・調合油・上白糖 ●【小麦】小町粉 ●【小麦】薄力粉	にんじん・きやいんげん キャベツ・ピーマン・オレンジ	だし・しょうゆ・穀物酢 ベークパウダー		●	●
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	●牛乳【乳】 ●黒糖ちんすこう【乳・小麦】	鶏ひき肉・しらす干し ●【乳】普通牛乳 ●【乳】A16249	米・ごま油・上白糖・いり白ごま ピーチゼリー・黒砂糖・調合油 ●【小麦】薄力粉	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 ベークパウダー		●	●
12	水	ごはん ●ポークチャップ【小麦】 ポテトサラダ ●スープ（ブロッコリー・たまねぎ）【乳・小麦】 バイナップル缶	●牛乳【乳】 焼きおにぎり	豚小間・かつお節り節 ●【乳】普通牛乳	米・調合油・上白糖・じゃがいも マヨドレ・いり白ごま・ごま油 ●【小麦】薄力粉	たまねぎ・にんじん きやいんげん・ブロッコリー バイナップル缶	食塩・ドレッシング おろしんにんにく・水・しょうゆ ●【乳・小麦】コラーゲン		●	●
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	●牛乳【乳】 ●ミルクずもち【乳】	鶏もも・みそ・きな粉 ●【乳】普通牛乳・●【乳】乳飲料 ●【乳】A16249	米・上白糖・ごま油・普通春雨 かたくり粉	にんじん・きゅうり オクラスライス・オレンジ	おろしんにんにく・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 ●カレーのムニエル【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】	●牛乳【乳】 炒めビーフン	カレー・みそ・豚小間 ●【乳】アレンゲ・A1 ●【乳】A16249 ●【乳】普通牛乳	米・調合油・上白糖 いちごミックスジャム・ビーフン ごま油 ●【小麦】薄力粉 ●【乳】無塩バター	かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ にんじん・たまねぎ・ピーマン	料理酒・食塩・バネリ・だし しょうゆ・鶏ガラスープ顆粒		●	●
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	●牛乳【乳】 ●チーズ蒸しパン【乳・小麦】	鶏ひき肉 ●【乳】普通牛乳・●【乳】牛乳 ●【乳】A16249・●【乳】粉チーズ	米・上白糖・ラフランスゼリー 調合油 ●【小麦】薄力粉	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・ベークパウダー ●【乳・小麦】コラーゲン		●	●
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（鮎・ほうれんそう）【小麦】 バイナップル缶	●牛乳【乳】 ●水ようかん【乳】	木綿豆腐・鶏ひき肉・みそ こしあん ●【卵】卵・●【乳】普通牛乳 ●【乳】A16249	米・上白糖・調合油 ●【小麦】小町粉	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん ほうれんそう・バイナップル缶 粉寒天	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	●牛乳【乳】 ●スコーン（りんごジャム添え）【乳・小麦】	鶏もも・大豆水煮・みそ ●【乳】普通牛乳 ●【乳】A16249・●【乳】牛乳	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・りんごジャム ●【小麦】薄力粉	レモン果汁・ひじき・にんじん きやいんげん・たまねぎ	おろししょうが・料理酒・食塩 しょうゆ・だし・ベークパウダー		●	●
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	●牛乳【乳】 ●みそポテト【小麦】	豚小間・みそ ●【乳】普通牛乳	米・調合油・上白糖・じゃがいも ●【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・水		●	●
20	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】	●牛乳【乳】 わかめおにぎり	鶏ひき肉・みそ ●【乳】ヨーグルト ●【乳】普通牛乳	ごま油・上白糖・かたくり粉 いり白ごま・米 ●【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 カットわかめ	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・みりん		●	●
21	金	ごはん さわらの照り焼き こまつな納豆和え みそ汁（じゃがいも・わかめ） オレンジ	●牛乳【乳】 ●にんじんホットケーキ【乳・小麦】	さわら・焼きわり納豆 かつお節り節・みそ ●【乳】普通牛乳・●【乳】乳飲料	米・上白糖・かたくり粉・調合油 じゃがいも ●【小麦】お汁・A16249	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	●牛乳【乳】 しらすと青のりのおにぎり	鶏むね・しらす干し ●【乳】普通牛乳	米・調合油・マヨドレ りんごゼリー・ごま油	ブロッコリー・たまねぎ・大根 にんじん・コーン・ねぎ・青のり	鶏ガラスープ顆粒・食塩・水 しょうゆ・みりん		●	



令和8年8月

日	曜	昼 食	3 時	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
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	●牛乳 [乳] ●パウンドケーキ [乳・小麦]	豚小間・ツナ・絹ごし豆腐・みそ ●[乳]普通牛乳・●[乳]牛乳	米・じゃがいも・調合油・上白糖 ●[小麦]小町粉 ●[小麦]薄力粉	にんじん・さやいんげん キャベツ・ピーマン パインアップル缶	だし・しょうゆ・穀物酢 ベークダール		●	●
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) ピーゼリー	●牛乳 [乳] ●無糖ちんすこう [乳・小麦]	鶏ひき肉・しらす干し ●[乳]普通牛乳 ●[乳]小麦粉	米・ごま油・上白糖・いり白ごま ピーゼリー・黒砂糖・調合油 ●[小麦]薄力粉	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 ベークダール		●	●
26	水	●食パン [乳・小麦] ●ボークチャップ [小麦] ボテトサラダ ●スープ(ブロッコリー・たまねぎ) [乳・小麦] オレンジ	●ジョア [乳] 焼きおにぎり	豚小間・かつお削り節 ●[乳]ジョアマスカット	調合油・上白糖・じゃがいも マヨドレ・米・いり白ごま・ごま油 ●[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・ドレッシング おろしにんにく・水・しょうゆ ●[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]	●牛乳 [乳] ●ミルクくずもち [乳]	鶏もも・みそ・きな粉 ●[乳]アレーナダ ●[乳]小麦粉 ●[乳]普通牛乳・●[乳]乳飲料	米・上白糖・ごま油・普通香煎 いちごミックスジャム・かたくり粉	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	●牛乳 [乳] 炒めビーフン	カレイ・みそ・豚小間 ●[乳]普通牛乳	米・調合油・上白糖・ビーフン ごま油 ●[小麦]薄力粉 ●[乳]無塩バター	かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ にんじん・パインアップル缶 たまねぎ・ピーマン	料理酒・食塩・パセリ・だし しょうゆ・鶏ガラスープ・顆粒		●	●
29	土	カレーそばろ丼 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	●牛乳 [乳] ●チーズ蒸しパン [乳・小麦]	豚ひき肉 ●[乳]普通牛乳・●[乳]牛乳 ●[乳]小麦粉・●[乳]粉チーズ	米・上白糖・ラフランスゼリー 調合油 ●[小麦]薄力粉	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・ベークダール ●[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	●牛乳 [乳] ●ココアケーキ [乳・小麦]	厚揚げ・かつお削り節・みそ ●[乳]普通牛乳 ●[乳]小麦粉・●[乳]牛乳	米・調合油・マヨドレ・上白糖 ●[小麦]薄力粉 ●[小麦]わかめミックス	たまねぎ・ブロッコリー・キャベツ にんじん・大根・オレンジ	しょうゆ・みりん・だし・ココア		●	●

※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。