



令和8年8月 給食献立表

あい保育園祇園



3歳未満児 3歳以上児

日付	午前のおやつ	給食	午後のおやつ	からだの血や肉 になるもの	からだの熱や力 になるもの	からだの調子をととのえるもの	エネルギー たんぱく質	エネルギー たんぱく質	
1(土)	いちご蒸しパン 牛乳	中華丼 キャベツの昆布あえ 豆腐の味噌汁	塩チーズ クッキー 牛乳	豆乳 牛乳 豚肉 塩昆布 豆腐 チーズ	薄力粉 三温糖 いちごジャム ごま油 米 片栗粉 無塩バター	人参 玉ねぎ 白菜 小松菜 キャベツ 葉ねぎ	494kcal 17.6g	586kcal 21.1g	
3(月)	マカロニ みたらし 牛乳	ごはん 酢鶏 おかか和え 南瓜の味噌汁	ベーコン マヨパン 牛乳	牛乳 鶏肉 生揚げ ひじき 削り節 油あげ 豆乳 ベーコン	マカロニ 三温糖 片栗粉 米 サラダ油 強力粉 無塩バター マヨネーズ	人参 玉ねぎ 干しいたけ ピーマン バイタル缶 葉ねぎ きゅうり キャベツ かぼちゃ	452kcal 18.0g	590kcal 22.6g	
4(火)	いちご ヨーグルト	ごはん 豚肉のみぞれ煮 白和え 麩のすまし汁	バナナマフィン 牛乳	ヨーグルト 豚肉 豆腐 鶏卵 豆乳 牛乳	いちごジャム 三温糖 米 サラダ油 片栗粉 白ゴマ 麩 薄力粉 無塩バター	玉ねぎ 大根 葉ねぎ 小松菜 もやし 人参 ししいたけ バナナ	446kcal 15.9g	610kcal 22.0g	
5(水)	ラスク 牛乳	ごはん もやしのナムル チキンとレバーのトマト煮 ズッキーニのスープ	和風お焼き 牛乳	牛乳 鶏肉 レバー ひじき ベーコン ツナ缶 のり チーズ 鶏卵	食パン 無塩バター 三温糖 米 じゃがいも サラダ油 白ゴマ ごま油	キャベツ トマト缶 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 にら ズッキーニ	454kcal 18.7g	571kcal 23.3g	
6(木)	じゃがバター 牛乳	ごはん 厚揚げの麻婆豆腐 胡瓜の酢の物 卵スープ	ココアクッキー 牛乳	牛乳 豚ひき肉 生揚げ 若布 かまぼこ ちりめんじゃこ 鶏卵	じゃがいも 無塩バター 米 三温糖 片栗粉 ごま油 薄力粉	玉ねぎ 人参 葉ねぎ きゅうり キャベツ	441kcal 17.4g	573kcal 22.0g	
7(金)	きな粉の 蒸しパン 牛乳	ごはん タラの甘酢あんかけ チーズ入りサラダ オクラの味噌汁	バターケーキ 牛乳	きな粉 豆乳 牛乳 たら チーズ ひじき 豆腐 鶏卵	薄力粉 三温糖 米 サラダ油 ごま油 片栗粉 マヨネーズ 無塩バター	赤ピーマン 玉ねぎ 小松菜 えのきたけ キャベツ コーン 人参 オクラ	501kcal 18.9g	584kcal 21.5g	
8(土)	夏祭り								
10(月)	きゅうり スティック 牛乳	パインパン 鶏手羽元の洋風煮 南瓜サラダ バナナ	ツナマヨ 焼きおむすび 牛乳	牛乳 豆乳 鶏手羽元 ハム ひじき ツナ缶	強力粉 三温糖 無塩バター マヨネーズ 米	きゅうり バイタル缶 かぼちゃ 玉ねぎ コーン バナナ	465kcal 19.0g	585kcal 21.8g	
12(水)	カルピスゼリー	そぼろ丼 キャベツとシソの和え物 ほうれん草の味噌汁	黒ゴマクッキー 牛乳	ゼラチン 豆乳 カルピス 豚ひき肉 ツナ缶 ひじき かつお節 豆腐 牛乳	米 サラダ油 三温糖 薄力粉 無塩バター ごま油 黒ゴマ	玉ねぎ グリンピース キャベツ 人参 大葉 ほうれん草	435kcal 16.4g	574kcal 21.7g	
13(木) 14(金) 15(土)	給食提供はございません								
17(月)	オレンジ寒天 牛乳	ひじきご飯 油揚げの味噌汁 鶏肉の照り焼き オクラの納豆和え	レーズン スコーン 牛乳	寒天 牛乳 ひじき 鶏肉 挽きわり納豆 かつお節 油あげ 豆腐 豆乳	三温糖 米 薄力粉 無塩バター サラダ油	ルッヂジュース 人参 もやし 小松菜 オクラ 切り干し大根 白ねぎ レーズン	465kcal 17.0g	581kcal 21.7g	
18(火)	麩ラスク 牛乳	ごはん 和風マカロニサラダ 豚肉の梅オyster炒め きくらげの中華スープ	豆腐ドーナツ 牛乳	牛乳 豚肉 生揚げ ツナ缶 豆腐	麩 無塩バター 三温糖 米 長いも マカロニ サラダ油 ホットケーキミックス 揚げ油	玉ねぎ 小松菜 梅びしお 人参 きゅうり 黒きくらげ えのきたけ	478kcal 18.6g	616kcal 22.1g	
19(水)	マカロニきなこ 牛乳	日本の郷土料理ツアー【栃木県】		きな粉 牛乳 油あげ のり 鶏卵 さけ チーズ 牛肉 豆乳	マカロニ 三温糖 米 パン粉 無塩バター はるさめ ごま油 白ゴマ 薄力粉	干しいたけ 人参 ごぼう かんぴょう さやえんどう 赤ピーマン 玉ねぎ エリンギ にら なす 葉ねぎ	478kcal 20.3g	595kcal 24.8g	
20(木)	ポン菓子 牛乳	お誕生会ランチプレート♪		牛乳 鶏ひき肉 鶏肉 ハム ヨーグルト ひじき ゼラチン 寒天 クリームチーズ	米 バター サラダ油 三温糖 生クリーム ホットケーキミックス	すいか 玉ねぎ グリンピース にんにく 生姜 キャベツ きゅうり レモン 人参	478kcal 17.3g	582kcal 21.6g	
21(金)	ミルク蒸しパン 牛乳	肉味噌冷やしうどん いんげんのごまマヨ和え バナナ	おかか チーズむすび 牛乳	豆乳 脱脂粉乳 牛乳 豚ひき肉 豆腐 ひじき チーズ かつお節	薄力粉 三温糖 うどん サラダ油 片栗粉 白ゴマ マヨネーズ 米	玉ねぎ なす ししいたけ 人参 オクラ さやいんげん もやし バナナ	513kcal 20.2g	577kcal 23.0g	
22(土)	抹茶蒸しパン 牛乳	豚しらす丼 じゃがいものり塩バター あおさの味噌汁	ちんすこう 牛乳	豆乳 牛乳 豚肉 しらす干し あおのり あおさ 豆腐	薄力粉 三温糖 米 サラダ油 じゃがいも 無塩バター	玉ねぎ 人参 小松菜	492kcal 18.1g	584kcal 21.6g	
24(月)	ココアトースト 牛乳	ごはん レパニラ 切り干大根のサラダ モロヘイヤの中華スープ	マーラーカオ 牛乳	牛乳 レバー 鶏肉 ひじき 竹輪 鶏卵 豆乳	食パン 無塩バター 三温糖 米 ごま油 片栗粉 白ごま コーンスターチ 薄力粉	生姜 玉ねぎ もやし しめじ きゅうり 人参 切り干し大根 にら モロヘイヤ レーズン	462kcal 18.5g	563kcal 22.6g	
25(火)	おさつバター 牛乳	ゆかりごはん 塩肉じゃが 高野豆腐のサラダ コンソメスープ	マーブルケーキ 牛乳	牛乳 豚ひき肉 高野豆腐 ツナ缶 ひじき 豆乳	さつまいも 無塩バター 米 じゃがいも しらす干し 三温糖 マヨネーズ 薄力粉	にんにく 人参 玉ねぎ グリンピース もやし 小松菜 きゅうり コーン	477kcal 19.0g	589kcal 24.3g	
26(水)	アップルゼリー 牛乳	ごはん 厚揚げのスタミナ炒め トマトと胡瓜のサラダ じゃがいもの味噌汁	パンブキンパイ 牛乳	寒天 牛乳 豚肉 生揚げ ハム 若布 油あげ 鶏卵	三温糖 米 ごま油 サラダ油 じゃがいも パイ皮 グラニュー糖	アップルジュース キャベツ 玉ねぎ しめじ にんにく トマト きゅうり レタス 葉ねぎ かぼちゃ	465kcal 17.3g	581kcal 22.1g	
27(木)	シナモンラスク 牛乳	ごはん ベーコンオムレツ スパゲティサラダ コーンスープ	抹茶と小豆の マフィン 牛乳	牛乳 鶏卵 ベーコン 竹輪 ひじき 豆乳 あずき	食パン 無塩バター 三温糖 米 じゃがいも サラダ油 スパゲティ マヨネーズ ホットケーキミックス	人参 玉ねぎ ほうれん草 小松菜 コーン かいわれだいこん	460kcal 16.7g	580kcal 20.5g	
28(金)	きなこ ヨーグルト	ごはん 豚肉のカラフル炒め 韓国風サラダ わかめスープ	フレンチ トースト 牛乳	きな粉 ヨーグルト 豚肉 ハム のり 若布 豆腐 鶏卵 豆乳 牛乳	三温糖 米 じゃがいも ごま油 白ゴマ 食パン 無塩バター	赤ピーマン 黄ピーマン ピーマン もやし きゅうり 白ねぎ ししいたけ	415kcal 17.2g	574kcal 22.6g	
29(土)	マヨ蒸しパン 牛乳	焼きそば 厚揚げの煮物 オレンジ	おかか 昆布むすび 牛乳	豆乳 牛乳 豚肉 生揚げ ひじき かつお節 塩昆布	薄力粉 三温糖 焼きそば麺 サラダ油 米	人参 キャベツ もやし 玉ねぎ ネーブル	485kcal 18.3g	582kcal 23.1g	
31(月)	黒糖麩ラスク 牛乳	リクエスト献立 うさぎ組🐰	チーズ蒸しパン 牛乳	牛乳 鶏もも ハム 鶏卵 ゼラチン チーズ 豆乳	麩 無塩バター 黒砂糖 米 じゃがいも はるさめ 三温糖 サラダ油 ごま油 薄力粉	人参 玉ねぎ トマト缶 きゅうり ルッヂジュース みかん缶	502kcal 18.8g	616kcal 21.3g	
※ やむを得ず、献立を変更する場合がございます。 ※ 午前のおやつ提供は、3歳未満児のみとなります。							1か月平均	469kcal 18.1g	585kcal 22.3g