

# 献立表

2026年08月

| 日付  | 献立名                                                      | 材料名<br>(◎は10時おやつ,○は午後おやつ材料)                 |                                                     |                                                        | おやつ<br>(◎は10時,○は午後おやつ)     |
|-----|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------|
|     |                                                          | 熱と力になるもの                                    | 血や肉や骨になるもの                                          | 体の調子を整えるもの                                             |                            |
| 17月 | うどん(乳)、うどん(幼・職)、冷やし変わり納豆うどん、きゅうりの塩もみ、ポテトフライ              | ゆでうどん、じゃがいも、てんぷら粉、○三温糖、油、パン粉                | 挽きわり納豆、しらす干し、かつお節                                   | ○りんご濃縮果汁、きゅうり、だいこん、にんじん、ねぎ、○かんてん、あおのり                  | ◎麦茶・ウエハース、○手作りゼリー(リンゴ)     |
| 18火 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、鶏のごま味噌焼き、南瓜煮付け、酢の物、すまし汁                    | 米、○三温糖、砂糖、○油、押麦、すりごま、三温糖、油、焼ふ               | ○牛乳、鶏肉(胸皮なし)、木綿豆腐、○豆乳、米みそ(淡色辛みそ)、さば節、◎チーズ           | 日本かぼちゃ、大豆もやし、きゅうり、○バナナ、わかめ(生)                          | ◎麦茶・チーズ、○牛乳100、○バナナケーキ     |
| 19水 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、わかめ御飯、真珠蒸し、中華風サラダ、味噌汁(キャベツ・人参)             | 米、もち米、片栗粉、ごま油                               | 豚ひき肉、米みそ(赤色辛みそ)、ハム、さば節                              | 緑豆もやし、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、しいたけ、しょうが                    | ◎麦茶・せんべい、○バニラアイスクリーム       |
| 20木 | 食パン(乳)、食パン(幼・職)、ブルーベリージャム、焼きビーフン、梨、スープ(玉葱・コーン)           | ○米、食パン、ビーフン、油、ごま油                           | 豚肉(ばら・脂身付)、○チーズ、○かつお節                               | なし、たまねぎ、大豆もやし、キャベツ、にんじん、コーン缶、しいたけ、ブルーベリージャム、○焼きのり、◎きゅ  | ◎麦茶・きゅうり、○麦茶、○おにぎり(チーズおかか) |
| 21金 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、なすのミートライス、ドレッシング漬(大根)、スープ(豆腐・わかめ)          | 米、○三温糖、○強力粉、○サフラワー油、油、米粉                    | ○牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、○卵                                    | なす、だいこん、にんじん、たまねぎ、きゅうり、わかめ(乾)、にんにく、しょうが                | ◎麦茶・マンナ、○牛乳100、○マーラーカオ     |
| 22土 | 和風ツナスパゲティ、スティックきゅうり、麦茶                                   | マカロニ・スパゲティ、オリーブ油                            | ツナ油漬缶                                               | きゅうり、たまねぎ、にんじん                                         | ◎麦茶・せんべい、○麦茶、○ビスケット        |
| 24月 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、五目納豆、じゃがいも炒め、大根サラダ、味噌汁(もやし・わかめ)            | 米、じゃがいも、○強力粉、油、○砂糖、○油、押麦、○黒ごま、砂糖            | ○牛乳、○木綿豆腐、挽きわり納豆、豚ひき肉、米みそ(赤色辛みそ)、ハム、さば節             | だいこん、にんじん、緑豆もやし、きゅうり、たまねぎ、にら、しいたけ、ピーマン、わかめ(乾)          | ◎麦茶・ポーロ、○牛乳100、○お豆腐パン      |
| 25火 | 中華めん(乳)、中華めん(幼・職)、ジャージャー麺、小松菜のサラダ、バナナ                    | ゆで中華めん、○食パン、○マーガリン・ソフトタイプ、油、○三温糖、片栗粉、ごま油、砂糖 | ○牛乳、豚ひき肉、淡色みそ、ツナ油漬缶、○きな粉                            | バナナ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、こまつな、キャベツ、たけのこ(ゆで)                  | ◎麦茶・ミニゼリー、○牛乳100、○きなこトースト  |
| 26水 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、ハンバーグ、コーン人参、フレンチサラダ、スープ(わかめ・えのき)           | 米、油、パン粉、○油、○焼ふ、押麦、三温糖                       | 豚ひき肉、卵、木綿豆腐、ハム、バター                                  | にんじん、大豆もやし、コーン缶、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、えのきたけ、わかめ(乾)、○あおのり      | ◎麦茶・せんべい、○麦茶、○麩ラスク(あおのり)   |
| 27木 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、カレー肉じゃが、野菜のナムル、味噌汁(大根 油揚げ)                 | 米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、○油、押麦、三温糖、ごま油              | 生揚げ、豚肉(肩ロース・脂身付)、○豆乳、米みそ(赤色辛みそ)、油揚げ、○とろけるチーズ、○ハム、さば | 大豆もやし、たまねぎ、だいこん、キャベツ、しらたき、きゅうり、にんじん、○たまねぎ、○ピーマン        | ◎麦茶・ウエハース、○麦茶、○ピザまん        |
| 28金 | 御飯(乳)、御飯(幼・職)、キャロットピラフ、鶏の唐揚げ、ベイクドじゃが、マカロニサラダ、スープ(豆腐・わかめ) | 米、じゃがいも、マヨネーズ(スプレッド)、マカロニ・スパゲティ、油、○砂糖、片栗粉   | ○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、ハム                               | にんじん、たまねぎ、きゅうり、○ブルーベリージャム、にんにく、しょうが、わかめ(乾)、パセリ、あおのり、◎な | ◎麦茶・梨、○手作りヨーグルト            |
| 29土 | スパゲティ、スティックきゅうり、麦茶                                       | マカロニ・スパゲティ、オリーブ油                            | ベーコン(シュルダー)                                         | たまねぎ、きゅうり、にんじん、ピーマン                                    | ◎麦茶・せんべい、○麦茶、○せんべい         |