



2026年 8月の献立表



○都合により献立が変わることがあります。

高栄養食

日 曜	献 立 名	材料名(昼食・午後のおやつ)			午前のおやつ(乳児のみ)
		熱と力になるもの	たんぱく質になるもの	体の調子を整えるもの	
01 (土)	ミックスピラフ ～ なめこもやしのみそ汁	米、ロールパン	牛乳、シーチキン、えび(むき身)、みそ	もやし、たまねぎ、なめこ、 コーン缶、にんじん、パセリ	にんじんせんべい 蜜糖ロール 牛乳
03 (月)	鶏肉のマーマレード焼き ～ きゅうりとやしのゆかり和え かぼちゃと茄子のみそ汁 ～ とうもろこしご飯	米、焼豆、マーガリン・ソフ トタイプ、グラニュー糖、 油、ごま油	牛乳、鶏もも肉、みそ	もやし、かぼちゃ、とうもろこ し、きゅうり、なす、マーマ レード・低糖度	ポテトフライ 粒うすく 牛乳
04 (火)	ホットドッグ ～ じゃが芋のオープン焼き 和風ポトフ	じゃがいも、小麦粉、マー ガリン・ソフトタイプ、グラ ニュー糖、油、オリーブ油	牛乳、ウインナー、ペー コン	にんじん、キャベツ、だいご ん、かぼちゃ、マーマレード ・低糖度、しょうが	レーズン オレンジクッキー 牛乳
05 (水)	ベジタブルカレー(煮たカレー×) ～ エビとツナの和風サラダ きゅうりスティック	米、サントイッチパン、油	牛乳、牛ひき肉、えび(むき身)、シーチキン、 クリーム(植物性脂肪)、 マヨネーズ	かぼちゃ、きゅうり、キャベ ツ、なす、たまねぎ、ポルト マ豆詰、みかん缶、パイン 缶、粒コーン缶、レーズン	にんじんせんべい フルーツサンド 牛乳
06 (木)	梅の豚しゃぶうどん ～ キャベツの醤油ドレッシング トマト	ゆでうどん、油、三温糖	牛乳、豚肉(ばら)、調整 豆乳、ちりめんじゃこ	キャベツ、きゅうり、トマト、 にんじん、うめ干し	ポテトフライ ココア茶しん 牛乳
07 (金)	豚肉とゴーヤの赤味噌炒め ～ かぼちゃサラダ 金 豆腐と油揚げのみそ汁 ～ ごはん	七分つき米、小麦粉、三 温糖、油	牛乳、豚肉(もも)、厚揚げ、 絹ごし豆腐、みそ、 油揚げ、マヨネーズ、赤み そ	かぼちゃ、にんじん、キャベ ツ、にがり・ゴーヤ、きゅう り、しめじ、わかめ	レーズン 【平和のついで】 豆乳とん 牛乳
08 (土)	カレーピラフ(煮たカレー×) ～ しめじとやしのみそ汁	米、ロールパン、油	牛乳、牛ひき肉、みそ	たまねぎ、もやし、しめじ、 にんじん、粒コーン缶、レー ズン、わかめ、パセリ	にんじんせんべい レーズンパン 牛乳
10 (月)	チキンライス ～ 冬瓜としめじのみそ汁	七分つき米、米、油、ごま 油	牛乳、鶏もも肉、ちりめ んじゃこ、みそ、かつお 節	とうがん、たまねぎ、しめじ、 にんじん、青ねぎ、パセリ	ポテトフライ じゃがにおにぎり 牛乳
12 (水)	お弁当日	ロールパン	牛乳		にんじんせんべい ロールパン 牛乳
13 (木)	お弁当日	ロールパン	牛乳		にんじんせんべい 蜜糖ロール 牛乳
14 (金)	お弁当日	ロールパン	牛乳	レーズン	にんじんせんべい レーズンパン 牛乳
15 (土)	ミックスピラフ ～ なめこもやしのみそ汁	米、片栗粉、上白糖、小麦 粉・薄力粉(学校給食用)、 強力粉、ごま油	牛乳、シーチキン、えび(むき身)、みそ、豚ひき 肉	もやし、たまねぎ、なめこ、 コーン缶、にんじん、パセリ	にんじんせんべい 肉まん 牛乳

* 昼食は2週間のサイクルメニュー(2週間に一度同じ献立)にしています。
繰り返し食べることで、苦手なもので慣れるようにしています。

日 曜	献 立 名	材料名(昼食・午後のおやつ)			午前のおやつ(乳児のみ)
		熱と力になるもの	たんぱく質になるもの	体の調子を整えるもの	
17 (月)	鶏肉のマーマレード焼き ～ きゅうりとやしのゆかり和え 月 かぼちゃと茄子のみそ汁 ～ とうもろこしご飯	米、くず粉、上白糖、黒砂 糖、さめ糖(中ざら)、 油、ごま油	牛乳、鶏もも肉、調整豆 乳、みそ、きな粉	もやし、かぼちゃ、とうもろこ し、きゅうり、なす、マーマ レード・低糖度	ポテトフライ 【和菓子の日】 豆乳くずもち 牛乳
18 (火)	【衛生日食メニュー】 ～ 五豆寿司 鶏肉のから揚げ ～ きゅうりスティック、トマト 大根と油揚げの味噌汁	米、小麦粉・薄力粉(学校 給食用)、上白糖、パ ター、揚げ油、片栗粉、三 温糖	牛乳、鶏もも肉、油揚げ、 みそ、ちりめんじゃ こ、高野豆腐、生クリーム	きゅうり、トマト、だいごん、オレ ンジ天然果汁、もも缶(黄桃)、 にんじん、たけのこ(水煮)、かんて ん、干しいたけ、しょうが、刻み ねぎのり、にんにく	レーズン 【もも缶】 フルーツゼリー 牛乳
19 (水)	ベジタブルカレー(煮たカレー×) ～ エビとツナの和風サラダ 水 きゅうりスティック	米、さつまいも(皮付)、 油、上白糖	牛乳、牛ひき肉、えび(むき身)、 シーチキン、 マヨネーズ	かぼちゃ、きゅうり、キャベツ、 りんご濃縮果汁、みかん缶、な す、たまねぎ、もも缶、ポルト マ豆詰、パイン缶、粒コーン 缶、かんてん	にんじんせんべい 【かぼちゃ・りんご】 かき水 フルーツポンチ(0.1歳) 蒸し芋 牛乳
20 (木)	梅の豚しゃぶうどん ～ キャベツの醤油ドレッシング 木 トマト	ゆでうどん、小麦粉・薄力 粉(学校給食用)、上白 糖、三温糖、油、オリーブ 油	牛乳、豚肉(ばら)、ちり めんじゃこ	キャベツ、きゅうり、トマト、 りんご濃縮果汁、にんじん、 りんご、うめ干し	ポテトフライ りんごケーキ 牛乳
21 (金)	豚肉とゴーヤの赤味噌炒め ～ かぼちゃサラダ 金 豆腐と油揚げのみそ汁 ～ ごはん	七分つき米、上白糖、三 温糖、油	牛乳、豚肉(もも)、厚揚げ、 絹ごし豆腐、みそ、 油揚げ、マヨネーズ、赤み そ	みかん天然果汁、かぼちゃ、 にんじん、キャベツ、にがり り・ゴーヤ、きゅうり、かんて ん、わかめ	レーズン オレンジゼリー 牛乳
22 (土)	カレーピラフ(煮たカレー×) ～ しめじとやしのみそ汁	米、ロールパン、油	牛乳、牛ひき肉、みそ	たまねぎ、もやし、しめじ、 にんじん、粒コーン缶、わか め、パセリ	にんじんせんべい 蜜糖ロール 牛乳
24 (月)	チキンライス ～ 根菜サラダ 月 冬瓜としめじのみそ汁	七分つき米、上白糖、油、 白ごま	牛乳、鶏もも肉、みそ	とうもろこし、とうがん、たま ねぎ、にんじん、しめじ、れん ごん、きゅうり、切り干しだい ごん、パセリ	ポテトフライ 茹でとうもろこし 牛乳
25 (火)	ホットドッグ ～ じゃが芋のオープン焼き 火 和風ポトフ	じゃがいも、小麦粉、油、 黒砂糖、オリーブ油、黒ご ま	牛乳、ウインナー、ペー コン	にんじん、キャベツ、だいご ん、かぼちゃ、しょうが	レーズン 黒ごまちんすこう 牛乳
26 (水)	牛ごぼう丼 ～ ひじきと大豆のおかかマヨ 味噌揚げとさつま芋のみそ汁 水	米、さつまいも、上白糖、 油、三温糖	牛乳、牛肉、絹厚揚げ、 みそ、大豆、マヨネーズ、ち くわ、かつお節	にんじん、白ねぎ、ごぼう、 キャベツ、しらたき、きゅう り、レモン果汁、青ねぎ、粒 コーン缶、ひじき、かんてん (粉)	にんじんせんべい 【そう おたのしみ給食】 魔法ゼリー 牛乳
28 (金)	豚肉のスタミナ焼き ～ はるさめサラダ 木 なめこと若布のみそ汁 ～ ごはん	七分つき米、クロワッサ ン、はるさめ、上白糖、 油、ごま油	牛乳、豚肉(もも)、チー ズキッズ、みそ、ハム	たまねぎ、にんじん、もやし、 なめこ、きゅうり、にら、生わか め、わかめ、しょうが、にん じく	ポテトフライ クロワッサン チーズ 牛乳
29 (土)	豆腐のつくね焼き ～ ごぼうサラダ 金 豆腐とはるさめのスープ ～ ごはん	七分つき米、ながいも、は るさめ、白ごま、三温糖	牛乳、鶏ひき肉、絹ごし 豆腐、カルピス、水切り 豆腐、マヨネーズ、ハチみ そ、みそ	ごぼう、にんじん、たまねぎ、 つきこんやく、もも缶(黄 桃)、みかん缶、三度豆、れ んごん、粒コーン缶、かんて ん(粉)、わかめ、パセリ	レーズン カルピスゼリー 牛乳
29 (土)	ミックスピラフ ～ なめこもやしのみそ汁	米、ロールパン	牛乳、シーチキン、えび(むき身)、みそ	もやし、たまねぎ、なめこ、 コーン缶、にんじん、レーズ ン、パセリ	にんじんせんべい レーズンパン 牛乳
31 (月)	鮭の照り焼き ～ キャベツときゅうりの焼和え 月 さつま芋と大根のみそ汁 ～ ごはん	七分つき米、食パン、さつ まいも(皮付)、マーガ リン、はちみつ、片栗粉、三 温糖	牛乳、さけ、みそ	キャベツ、きゅうり、にんじ ん、だいごん、焼きのり	ポテトフライ 【おたのしみ給食】 牛乳

〓 12日(水)～14日(金)はお弁当日です! /

今月の平均栄養価 (幼児/乳児)

エネルギー	4750/3777 (kcal)
タンパク質	19.0/19.5 (g)
脂質	18.4/19.3 (g)
食塩	2.0/1.9 (g)

ご協力よろしくお願いします。

食中毒予防のために以下のことに注意しましょう。



1. つけない(細菌やウイルスを食品に付けない)
調理前や食事前の手洗いを徹底する。
肉・魚用と野菜用のまな板や包丁を使い分ける。

【かき氷パーティ】

19日(水) おやつは、2～5歳で
『かき氷パーティ』を行います。冷たい氷に
好きなシロップをかけて楽しみたいと思いま
す!

2. ぶやさない(細菌を増やさない)
食品を適切な温度で保存し、常温で長時間放置しない。
買った後はすぐに帰宅し食品を早めに冷蔵・冷凍する。

【今月の旬の食材】

冬瓜・なす・ゴーヤ・トマト・
とうもろこし

3. やっつける(加熱して細菌やウイルスを死滅させる)
肉や魚などは中心部まで十分に加熱する。