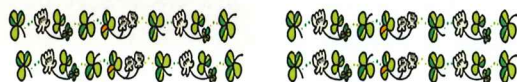


令和8年度 8月 献立表

新町西保育園

日 曜	献立名	午後 おやつ	熱や力に なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	6:15 おやつ	エネルギー (Kcal) たんぱく質 (g)
1 土	焼肉丼 野菜の味噌マヨネーズ和え 豆腐としめじの味噌汁 バナナ	牛乳 ★わかめおむすび	米 油 マヨネーズ	豚肉 かまぼこ 豆腐 牛乳 わかめ	にら キャベツ 人参 ブロッコリー しめじ 葉ねぎ バナナ	麦茶 せんべい	571 18.6
3 月	ごはん かじきの照り焼き 野菜のお浸し キャベツとわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 焼きドーナツ	米 砂糖 油	かじき 鯉節 牛乳 わかめ	ほうれん草 もやし 人参 キャベツ バナナ	麦茶 せんべい	544 20.8
4 火	天然酵母の牛乳パン ズッキーニコーンソテー 豆腐のスープ フルーツゼリー	牛乳 ★わかめおむすび (災害食)	ロールパン バター 米 ゼリー 小麦粉 じゃがいも	鮭 ウインナー 豆腐 牛乳 わかめ	ズッキーニ とうもろこし 赤ピーマン 人参 えのき	麦茶 せんべい	563 23.1
5 水	チキンカレー イタリアンサラダ コンソメスープ すいか	牛乳 ★ココア蒸しパン	米 大麦 バター 油 じゃがいも カレールウ 砂糖 マヨネーズ 小麦粉	鶏肉 チーズ ウインナー わかめ 牛乳 たまご	人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし 葉ねぎ すいか	麦茶 せんべい	565 17.6
6 木	サラダうどん 肉じゃが バナナ	牛乳 ★鮭おむすび	うどん 砂糖 マヨネーズ じゃがいも 米 白ごま しらたき	ツナ缶 豚肉 牛乳 鮭	きゅうり もやし 人参 とうもろこし 玉ねぎ バナナ	麦茶 せんべい	575 20.7
7 金	二色ごはん 昆布イリチー ほうれん草の味噌汁 (災害食) パイナップル	牛乳 ★ジャリパン	米 グラニュー糖 さつまいも こんにやく 食パン 油 砂糖 マーガリン	たまご 鶏ひき肉 昆布 豚肉 生揚げ 牛乳 油揚げ わかめ	ほうれん草 ねぎ パイナップル	麦茶 せんべい	590 20.9
8 土	ツナマヨ丼 ポテトきんぴら 豆腐とえのきの味噌汁 バナナ	牛乳 ★わかめおむすび	米 マヨネーズ じゃがいも 油 砂糖	ツナ缶 焼きのり ベーコン 豆腐 牛乳 わかめ	キャベツ 人参 ビーマン えのき	麦茶 せんべい	576 17.8
10 月	親子丼 和風サラダ 玉ねぎとわかめの味噌汁 メロン	牛乳 ★ホットケーキ	米 油 砂糖 ミックス粉 バター メープルシロップ	鶏肉 たまご ロースハム わかめ 牛乳	玉ねぎ 人参 えのき 葉ねぎ キャベツ きゅうり メロン	麦茶 せんべい	530 21.7
12 水	ごはん 鶏肉の塩こうじ焼き 野菜のごま和え 豆腐の味噌汁 ヨーグルト	牛乳 ★ジャムサンド	米 小麦粉 油 白ごま 砂糖 食パン いちごジャム	鶏肉 豆腐 ヨーグルト 牛乳	キャベツ ほうれん草 人参 えのき	麦茶 せんべい	522 24.4
13 木	ミートソーススパゲティ コーンサラダ わかめスープ バナナ	牛乳 ★天むす風おむすび	スパゲティ 油 バター 砂糖 米 小麦粉	豚ひき肉 粉チーズ ツナ缶 わかめ 牛乳 青のり	玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ きゅうり とうもろこし ねぎ バナナ	麦茶 せんべい	596 21.4
14 金	麻婆豆腐丼 切り干し大根とツナの中華和え かぶのスープ	牛乳 ★焼き肉おむすび	米 油 ごま油 砂糖 片栗粉 白ごま	豚肉 豆腐 ツナ缶 しらす 牛乳	玉ねぎ 人参 グリンピース 切り干し大根 きゅうり もやし かぶ しめじ 葉ねぎ	麦茶 せんべい	532 18.9
15 土	豚すき丼 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーマヨネーズ 豆腐とわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 ★わかめおむすび	米 しらたき 砂糖 油 じゃがいも マヨネーズ	豚肉 豆腐 わかめ 牛乳	玉ねぎ 人参 えのき 葉ねぎ とうもろこし ブロッコリー バナナ	麦茶 せんべい	592 20.5
誕生会 17 月	ごはん ハンバーグ バターコーンソテー キャベツスープ フルーツゼリー	牛乳 お誕生日ケーキ	米 パン粉 油 砂糖 ゼリー	豚ひき肉 豆腐 たまご ベーコン 牛乳	玉ねぎ 人参 ビーマン とうもろこし キャベツ 赤パプリカ	麦茶 せんべい	670 22.8

♪栄養量は4歳児の量です
 ♪食材料の都合により献立を一部変更することがあります
 ♪タ方のおやつは含まれていません
 ♪おやつ★印は園内の手作りメニューです
 ♪カレー、はんぺんに山芋が使用される場合があります
 ♪しらすにはエビかきが混じる場合があります



日 曜	献立名	おやつ 午後	熱や力に なるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を 整えるもの	6:15 おやつ	エネルギー (Kcal) たんぱく質(g)
18 火	マーガリンサンド タンドリーチキン ほうれん草の醤油フレンチ じゃがいものスープ バナナ	牛乳 ★塩昆布ツナマヨおむすび	食パン 砂糖 油 マーガリン じゃがいも 米 マヨネーズ	鶏肉 ヨーグルト しらす 牛乳 塩昆布 ツナ缶	ほうれん草 人参 玉ねぎ しめじ パセリ バナナ	麦茶 せんべい	557 21.5
19 水	もろこしごはん 焼鮭 五目とえ キャベツとわかめの味噌汁 パイナップル	牛乳 ★メープルフレンチトースト	米 油 小麦粉 こんにゃく 食パン 砂糖 バター メープルシロップ	鮭 油揚げ わかめ 牛乳 たまご	とうもろこし 小松菜 もやし 人参 キャベツ パイナップル	麦茶 せんべい	548 25.1
20 木	ごま味噌うどん ちくわの磯辺揚げ キャベツと塩昆布の和え物 すいか	牛乳 焼きドーナツ	うどん 油 砂糖 小麦粉 白ごま	豚ひき肉 ちくわ 青のり たまご 塩昆布 牛乳	人参 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ すいか	麦茶 せんべい	534 20.6
21 金	ごはん かじきまぐろの竜田揚げ 野菜の味噌ドレッシング じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	牛乳 ★バナナケーキ	米 片栗粉 油 砂糖 じゃがいも ミックス粉 マーガリン	かじき かまぼこ 牛乳 たまご	キャベツ ほうれん草 人参 玉ねぎ バナナ	麦茶 せんべい	545 18.4
22 土	鮭コーンピラフ ポテトサラダ コンソメスープ バナナ	牛乳 ★わかめおむすび	米 油 バター マヨネーズ 砂糖 じゃがいも	鮭 ツナ缶 わかめ 豆腐 牛乳	人参 玉ねぎ ピーマン とうもろこし きゅうり バナナ	麦茶 せんべい	554 15.3
24 月	ハヤシライス マカロニサラダ わかめスープ	麦茶 ★フルーツヨーグルト せんべい	米 油 バター マカロニ マヨネーズ 砂糖 せんべい	豚肉 ツナ缶 ヨーグルト わかめ	玉ねぎ しめじ 人参 きゅうり とうもろこし ねぎ えのき バナナ みかん缶 もも缶	麦茶 せんべい	552 17.6
25 火	ロールパン 鶏の竜田揚げ ハムときゅうりのサラダ オニオンスープ メロン	牛乳 ★ツナチーおむすび	ロールパン 片栗粉 油 砂糖 米	鶏肉 ロースハム 牛乳 ツナ缶 チーズ	きゅうり とうもろこし キャベツ 玉ねぎ えのき メロン	麦茶 せんべい	542 22.9
26 水	麦ごはん かれいの付け焼き 五目ひじき煮 じゃがいもとわかめの味噌汁 すいか	牛乳 ★ごまホイップサンド	米 押し麦 油 砂糖 こんにゃく じゃがいも 食パン 黒ごま	かれい ひじき ちくわ わかめ 牛乳 クリーム	人参 れんこん すいか	麦茶 せんべい	525 22.4
27 木	カレーうどん チーズ 野菜のごまドレッシング バナナ	牛乳 ★味噌バターコーンおむすび	うどん 油 片栗粉 白ごま 米 バター 砂糖	豚肉 チーズ ちくわ 牛乳	人参 玉ねぎ 白菜 キャベツ きゅうり バナナ とうもろこし	麦茶 せんべい	569 20.5
28 金	おきなわ風炊き込みごはん ゴーヤチャンプル もずくスープ パイナップル	牛乳 ★サーターアランダギー	米 砂糖 油 小麦粉 ミックス粉 黒砂糖	ひじき 豚肉 油揚げ 豆腐 たまご ちくわ 牛乳 もずく	干し椎茸 人参 ゴーヤ しめじ ねぎ パイナップル	麦茶 せんべい	554 19.2
29 土	焼き豚チャーハン もやしとちくわの和え物 豆腐とわかめのスープ バナナ	牛乳 デンニッシュペストリー	米 油	焼き豚 ちくわ 鯉節 豆腐 わかめ 牛乳	人参 玉ねぎ もやし さやいんげん バナナ	麦茶 せんべい	570 17.1
31 月	ごはん 干草焼き れんこんのきんぴら 大根とわかめの味噌汁 バナナ	牛乳 ★チーズポテト	米 砂糖 油 こんにゃく 白ごま	鶏ひき肉 たまご ひじき ちくわ わかめ 牛乳 粉チーズ	人参 たけのこ れんこん 大根 しめじ バナナ	麦茶 せんべい	606 18.2

今月の食育

幼児クラス：野菜の皮むき（各グループ）



園の基準	560 19
7月の平均値	563 20.3

保育園で初めて食べる食材がないようにしてください。

新しい食材は最低2回以上おうちで試し食べをしておいてください。

どうしても食べられない食材は事前にお申し出ください。代替え食品を使用した献立を提供いたします。