

2026年 8 月 予定献立表

緑丘保育園

曜	日	昼 食	材 料 名	3時のおやつ	延長のおやつ	夕 食
月	3	ぶりのしょうが焼き	ぶり・生姜・醤油・みりん・なたね油	レーズンパン	きなこおにぎり	スパゲティミートソース・コールスローサラダ
	17	小松菜と納豆のあえもの	小松菜・納豆	ぶどうパン(卵・乳なし)	精白米・胚芽米・きなこ・上白糖・海水塩	スパゲティ・豚ひき・玉葱・にんじん・干し椎茸・トマト水煮・ケチャップ・
	31	ごはん 高野豆腐の味噌汁	精白米・胚芽米 高野豆腐・人参・玉葱・味噌・煮干し	くだもの・牛乳	麦茶	パセリ・海水塩・バルサミクソース キャベツ・人参・コーン・米酢・油・海水塩 スープ・くだもの
火	4	大根と豚肉の煮物	大根・豚肉・砂糖・酒・醤油・かつおだし	きつねうどん	わかめおにぎり	豆腐のかりんとう・あけぼのポテト
	18	春雨の中華和え	春雨・きゅうり・人参・もやし・ハム・ごま油・米酢・醤油・砂糖・海水塩	うどん・油揚げ・ねぎ・醤油・砂糖・酒・海水塩・かつおだし	精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	豆腐・片栗粉・なたね油・黒砂糖・醤油
水	5	ごはん	精白米・胚芽米	くだもの・牛乳	麦茶	じゃが芋・海水塩・アレルギーマヨネーズ・ケチャップ・素精糖
	19	わかめスープ	わかめ・人参・ねぎ・ごま・海水塩・醤油・かつおだし	くだもの・牛乳	麦茶	わかめごはん・スープ
	5	パンプキンカレー	精白米・胚芽米・豚肉・玉葱・かぼちゃ・人参・にんにく・生姜・バター・薄力粉・なたね油・ウスターソース・海水塩・カレー粉・醤油・ケチャップ	ココアケーキ	焼肉ごはんおにぎり	ポークマリネード・切干サラダ
木	6	ひじきとしらすの酢の物	ひじき・人参・きゅうり・しらす・素精糖・醤油・米酢・ごま	ホットケーキミックス・マーガリン・素精糖・ココア・豆乳・牛乳	精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・	豚肉・玉葱・ピーマン・セロリ・酒・素精糖・醤油・米酢
	19	ふとわかめのすまし汁	麩・わかめ・葱・海水塩・醤油・かつおだし	くだもの・牛乳	清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	切干大根・きゅうり・にんじん・ほたて缶・アレルギーマヨネーズ・海水塩
	6	豆腐とエビのケチャップ煮	豆腐・豚肉・海老・玉葱・生姜・にんにく・グリーンピース・なたね油・素精糖・ケチャップ・醤油・片栗粉	さばの炊き込みごはん	麦茶	ツナコーンラスク・ミルクスープ
金	20	オクラとえのきの和え物	オクラ・わかめ・えのき・米酢・醤油・かつおだし	精白米・胚芽米・さば・人参・生姜・酒・みりん	ゆかりおにぎり	肉味噌ソースうどん・ポテトフライ
	20	ごはん	精白米・胚芽米	くだもの・牛乳	精白米・胚芽米・ゆかり	干しうどん・豚ひき・玉葱・にんじん・生姜・なたね油・味噌・
	20	和風汁	ささみ・人参・葱・ほうれん草・醤油・海水塩・かつおだし	くだもの・牛乳	麦茶	素精糖・醤油・かつおだし・片栗粉 くだもの・スープ
土	7	鶏肉のみそ焼き	鶏肉・味噌・醤油・酒・素精糖・なたね油	とうもろこし	おかかおにぎり	魚の塩焼き・鶏じゃが煮
	21	トマトサラダ	トマト・なたね油・米酢・海水塩・素精糖	とうもろこし・海水塩	精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりご	魚・塩 鶏ひき・じゃがいも・玉葱・にんじん・いんげん・素精糖・
	21	ごはん	精白米・胚芽米	くだもの・牛乳	焼き海苔	醤油・みりん・かつおだし
土	21	冬瓜汁	冬瓜・人参・しいたけ・かつおだし・醤油・海水塩・片栗粉	くだもの・牛乳	麦茶	おかかごはん・スープ
	8	豆乳坦々うどん	うどん・豚肉・もやし・葱・にんにく・味噌・醤油・ごま油・海水塩・かつおだし・豆乳	ジャムサンド・チーズ		
	22	かぼちゃ焼き	かぼちゃ・なたね油・海水塩	食パン(卵・乳なし) ・ジャム・チーズ		
月	22	フルーツポンチ	みかん・缶・もも缶・素精糖・レーズン	くだもの・牛乳		
	10	かじきの焼肉だれ	かじき 薄力粉・片栗粉・なたね油	黒糖パン	青菜おにぎり	温麺・切干大根煮
	24	冬瓜と高野豆腐の煮物	高野豆腐・冬瓜・人参・醤油・みりん・片栗粉・素精糖・いんげん	黒糖パン(卵・乳なし)	精白米・胚芽米・塩こんぶ・海水塩	冷や麦・鶏ひき・キャベツ・にんじん・干し椎茸・いんげん・
火	24	ごはん	精白米・胚芽米	くだもの・牛乳	麦茶	醤油・海水塩 くだもの
	24	かぼちゃとえのきの味噌汁	かぼちゃ・えのき・ほうれん草・味噌・かつおだし	きな粉揚げパン	わかめおにぎり	豆腐のカニあん・さつまいもの金平
	25	鶏の照り焼き	鶏肉・醤油・酒・素精糖・なたね油	コッペパン(卵・乳なし)きな粉・砂糖・海水塩	精白米・胚芽米・炊き込みわかめ	豆腐・薄力粉・なたね油・にんじん・長葱・青菜・かに缶・片栗粉・
水	25	大根と人参の塩昆布漬け	大根・人参・昆布・海水塩・かつおだし	くだもの・牛乳	麦茶	海水塩 さつまいも・にんじん・素精糖・みりん・醤油・いんげん
	25	ごはん	精白米・胚芽米	くだもの・牛乳	麦茶	わかめごはん・味噌汁
	25	生揚げともやしの味噌汁	生揚げ・もやし・葱・味噌・かつおだし	チーズパンケーキ	焼肉ごはんおにぎり	きつねうどん・ごまポテト
木	12	じゃこ入りガーリックライス	精白米・胚芽米 しらす・にんにく・人参・なたね油・海水塩・かつおだし	ホットケーキミックス・プロセスチーズ・素精糖・牛乳	精白米・胚芽米・豚ひき・にんじん・	干しうどん・鶏ひき・油揚げ・にんじん・椎茸・キャベツ・長葱・青菜・
	26	豆腐のつくね焼き	豆腐・玉ねぎ・鶏肉・パン粉・海水塩・なたね油・味噌・みりん・酒	くだもの・牛乳	清酒・味噌・醤油・素精糖・にんにく・ごま	醤油・酒・海水塩 くだもの
	26	大根サラダ	大根・きゅうり・人参・ツナ缶・マヨネーズ・海水塩	かやくごはん	ゆかりおにぎり	魚のかわりパン粉焼き・大根ツナサラダ
金	26	ベーコンとキャベツのスープ	ベーコン・キャベツ・パセリ・海水塩	精白米・胚芽米・人参・しいたけ・油揚げ・みりん・醤油・海水塩	精白米・胚芽米・ゆかり	魚・海水塩・アレルギーマヨネーズ・ケチャップ・パン粉
	13	豆腐のカレー煮	豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ピーマン・なたね油・カレー粉・海水塩・醤油・みりん・片栗粉	くだもの・牛乳	麦茶	だいこん・まぐろ缶・コーン・にんじん・アレルギーマヨネーズ・海水塩
	27	きゅうりとしらすの和えもの	きゅうり・しらす・醤油・米酢・わかめ	くだもの・牛乳	麦茶	ゆかりごはん・スープ
土	27	ごはん	精白米・胚芽米	わかめ冷麦⑭幼児・すいとん	おかかおにぎり	鶏肉のごま味噌焼き・昆布トressing煮
	27	麩と青菜の味噌汁	麩・ほうれん草・あさつき・煮干し・味噌	そうめん・わかめ・わけぎ・醤油・酒・海水塩	精白米・胚芽米・削り節・醤油・いりご	鶏肉・味噌・醤油・酒・素精糖・ごま・なたね油 刻み昆布・
	14	鶏肉の胡麻みそ焼き	鶏肉・味噌・醤油・酒・素精糖・ごま・なたね油	国小麦粉・大根・人参・干しいたけ・油揚げ・醤油・海水塩・かつおだし	焼き海苔	にんじん・いんげん・コーン缶・ごま油・醤油・米酢・素精糖
土	28	高野ひじき煮	高野豆腐・ツナ缶・人参・かつおだし・素精糖・醤油	くだもの・牛乳	麦茶	おかかごはん・味噌汁
	28	ごはん	精白米・胚芽米	レーズンパン	＜ 今月のお知らせ ＞ 暑さ続き食欲が落ちてくる時期ですね。園では	子どもたちもおかわりまでペロリ◎とても嬉しいです。
	28	切り干し大根の味噌汁	切干大根・さやえんどう・人参・煮干し・味噌	レーズンパン(卵・乳なし)	＜ 昨年度から金曜日はふりかけごはん提供しています。 ※納涼会でのカンパご協力本当にありがとうございました。＞	
土	15	カレーうどん	うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・薄力粉・バター・カレー粉・海水塩・醤油	くだもの・牛乳		
	29	いんげんの胡麻和え	いんげん・人参・ごま・素精糖・醤油	くだもの・牛乳		
	29	ヨーグルト	ヨーグルト	くだもの・牛乳		

* 幼児)エネルギー534kcal たんぱく質22.3g 脂質17.5g * 乳児)エネルギー425kcal たんぱく質17.1g 脂質13.7g

* 3時のおやつは、牛乳(豆乳入り)とくだものがつきます。 * 材料の関係で献立が変更になることもあります。

* 園で初めて食べる食材がないようにご家庭で献立を確認してください。 不明点がございましたら調理室までお声がけください。