



2026年8月献立表①



		献立名	材料名				午前 (3歳児未満)
			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	その他	おやつ 午後
1	土	ソース焼きそば 肉しゅうまい すまし汁(えのき、玉ねぎ)	焼きそば、サラダ 油、焼きドーナツ (豆乳)	鶏豚ミンチ、青さ のり、肉しゅうま い、牛乳	キャベツ、人参、たま ねぎ、えのき	オイスターソース、中濃 ソース、中華だし、醤油、 昆布つゆ、料理酒、麦茶、 焼きそば粉末ソース	マリービスケット 麦茶 豆乳焼きドーナツ 牛乳
3	月	納豆ご飯 鮭の塩焼き 金平ごぼう 味噌汁(豆腐、なめこ)	米、ごま油、砂 糖、コーンフレ ーク	納豆、ピンクサー モン、豆腐、味 噌、牛乳	ごぼう、人参、なめこ	麦茶、塩、醤油、こん ぶだし	アンパンマンせんべい 麦茶 コーンフレーク 牛乳
4	火	ご飯 肉じゃが ひじきサラダ 味噌汁(揚げ、麩)	米、ポテト、砂糖、 麩、マヨネーズ	牛乳、豚バラ、ツナ フレーク、揚げ、味 噌	たまねぎ、人参、ひじ き、スイカ	麦茶、こんぶだし、醤 油、みりん	ビスコ 牛乳 スイカ 麦茶 ルヴァン
5	水	ご飯 おやこ煮 三色中華お浸し コンソメスープ(ほうれん草、人参)	米、砂糖、麩、 マーガリン、コーン	鶏むね肉、卵、か つお節、きな粉、 牛乳	たまねぎ、人参、いん げん、小松菜、ほうれ ん草	麦茶、昆布つゆ、コン ソメ、鶏がら、醤油	麦茶 きなこの麩ラスク 牛乳
6	木	冷やし中華 シュウマイ(りす)焼きぎょうざ バナナ	ラーメン、ごま油、 コーン、米、砂糖	牛乳、チキンフ レーク、シュウマイ (りす)、ぎょうざ(う さぎ)、揚げ	きゅうり、バナナ、も やし	中華スープ、醤油、 麦茶	やわらかおかき(きな粉) 牛乳 ぎつねおにぎり 麦茶
7	金	大豆と挽肉のカレー 春雨サラダ ピーチゼリー コンソメスープ(えのき、玉ねぎ)	米、押麦、ポテト、サラ ダ油、春雨、コーン、砂 糖、ゼリーの素(ピー チ)、食パン、マーガ リン	鶏豚ミンチ、大 豆、牛乳	たまねぎ、人参、きゅ うり、えのき	カレーフレーク、中華 スープ、コンソメ、鶏 がら、麦茶	サッポロポテト 麦茶 シュガートースト 牛乳
8	土	ご飯 メンチカツ 大根ツナサラダ 味噌汁(豆腐、わかめ)	米、サラダ油、マヨ ネーズ、ドーム ケーキ(カスタード)	メンチカツ、ツナ、 豆腐、わかめ、味 噌、牛乳	大根、人参、きゅうり	麦茶、中濃ソース、こ んぶだし	ハーベスト 麦茶 ドームケーキ(カスタード) 牛乳
10	月	ご飯 厚揚げのそぼろ炒め わかめ中華和え 中華スープ(玉ねぎ、葉)	米、砂糖、片栗 粉、コーン、焼き そば、サラダ油	牛乳、絹厚揚げ、鶏豚 ミンチ、豆ミンチ、わか め、ウインナー、青さ のり	たまねぎ、人参、しめ じ、白ねぎ、きゅうり、 大根の葉、キャベツ、 もやし	料理酒、醤油、中華ス ープ、中華だし、コンソ メ、オイスターソース、中 濃ソース、麦茶、焼きそば 粉末ソース	やわらかおかき(のり塩) 牛乳 ソース焼きそば 麦茶
12	水	ご飯(かつおふりかけ) カレイの竜田揚げ(ブロッコリー) オレンジ 味噌汁(キャベツ、玉ねぎ)	米、片栗粉、サラ ダ油、ビスコ、せ んべい	カレイ、味噌、牛 乳	生姜、ブロッコリー、 オレンジ、キャベツ、 たまねぎ	麦茶、かつおふりか け、醤油、料理酒、 塩、こんぶだし	ソフトサラダ 麦茶 アンパンマンせんべい ビスコ 牛乳
13	木	ご飯 豚肉の生姜焼き もやしのツナ和え 味噌汁(揚げ、わかめ)	米、サラダ油、砂 糖、食パン	豚もも肉、ツナフ レーク、揚げ、わ かめ、味噌、卵、 牛乳	たまねぎ、人参、生 姜、ほうれん草、もや し	麦茶、醤油、料理酒、 中華スープ、こんぶだし	ハーベスト 麦茶 フレンチトースト 牛乳
14	金	ご飯 鮭のチーズ焼き(人参しりしり) 蒸鶏のサラダ 味噌汁(なめこ、豆腐)	米、砂糖、サラダ 油、マカロニ	鮭、チーズ、ツナ フレーク、蒸し鶏さ さみ、豆腐、味 噌、きな粉、牛乳	人参、きゅうり、なめ こ	麦茶、トマトケチャッ プ、塩、こしょう、醤 油、こんぶだし、ごま ドレッシング	ルヴァン 麦茶 きなごマカロニ 牛乳
15	土	ご飯 ささみチーズフライ ひじきサラダ 味噌汁(麩、小松菜)	米、サラダ油、 コーン、麩、上白 糖、ココア	ささみチーズフライ ひじき、味噌、 牛乳	人参、小松菜、パナ ナ	麦茶、中濃ソース、中 華スープ、こんぶだし	豆乳ウエハース 麦茶 きなごココア 牛乳
17	月	納豆ご飯 鮭の塩焼き 春雨炒め 味噌汁(かぶの葉、豆腐)	米、春雨、サラダ 油、ごま油、フライ ドポテト	納豆、ピンクサー モン、鶏豚ミンチ、 豆腐、味噌、牛乳	たまねぎ、人参、もや し、かぶの葉	麦茶、塩、醤油、こん ぶだし、料理酒、中華 だし、醤油、トマトケ チャップ	星たべよ 麦茶 フライドポテト(ケチャップ) 牛乳



※仕入れにより献立を変更する場合がございます。



2026年8月献立表②



		献立名	材料名				午前 (3歳児未満)
			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	その他	午後
18	火	ミートソーススパ コールスローサラダ バナナ コンソメスープ(大根、葉)	スパゲティ、砂糖、小麦粉、コーン、米	牛乳、牛豚ミンチ、豚ミンチ、わかめご飯の素	たまねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、バナナ、大根、大根の葉	トマトビュレ、ケチャップ、中濃ソース、ハヤシフレーク、コンソメ、イタリアンドレッシング、鶏がら、麦茶	ビスコ 牛乳 わかめおにぎり 麦茶
19	水	夏野菜カレー ひじきサラダ ぶどうゼリー わかめスープ(玉ねぎ、わかめ)	米、押麦、ポテト、コーン、砂糖、ゼリーの素(ぶどう)	牛乳、鶏むね肉、まぐろフレーク、ひじき、わかめ、ヨーグルト	たまねぎ、人参、揚げなす、バナナ、みかん缶	麦茶、トマトケチャップ、カレーフレーク、中華スープ、コンソメ、鶏がら	あんぱんまんせんべい 牛乳 フルーツヨーグルト 麦茶
20	木	ご飯 鰯の西京焼き(ブロッコリー) 納豆スタミナ炒め すまし汁(キャベツ、人参)	米、砂糖、ポテト、小麦粉、片栗粉、サラダ油	鰯、味噌、青さのり、納豆、鶏ミンチ、牛乳	ねぎ、人参、キャベツ、にんにく、しょうが	麦茶、料理酒、みりん、塩、醤油、こんぶだし	やわらかおかき(きな粉) 麦茶 クッキー 牛乳
21	金	ご飯 照り焼きチキン(ほうれん草/ソテー) トマトときゅうりのツナサラダ 味噌汁(揚げ、大根の葉)	米、片栗粉、コーン、サラダ油、食パン、ジャム(イチゴ、ブルーベリー)	鶏もも肉、まぐろフレーク、揚げ、味噌、牛乳	ほうれん草、トマト、きゅうり、大根の葉	麦茶、醤油、みりん、料理酒、蒲焼のたれ、鶏がら、ごまドレッシング、こんぶだし	サッポロポテト 麦茶 ジャムサンド 牛乳
22	土	ご飯 おやこ煮 小松菜ともやしの磯和え 味噌汁(豆腐、白菜)	米、焼きドーナツ(チョコ)	鶏むね肉、卵、のり、豆腐、味噌、牛乳	たまねぎ、人参、いんげん、小松菜、もやし、白菜	麦茶、昆布つゆ、醤油、こんぶだし	ハーベスト 麦茶 チョコ焼きドーナツ 牛乳
24	月	ご飯 さばのみそ煮 ブロッコリーサラダ すまし汁(大根・麩)	米、砂糖、コーン、コッパパン、サラダ油、麩	さば、味噌、ツナ、牛乳	生姜、ブロッコリー、人参、大根	麦茶、料理酒、醤油、中華スープ、白だし	やわらかおかき(コンボタ) 麦茶 揚げパン(シュガー) 牛乳
25	火	★誕生会メニュー ご飯(かつおふりかけ) 唐揚げ(ブロッコリー) いちごゼリー 野菜スープ	米、小麦粉、片栗粉、サラダ油、ゼリーの素(イチゴ)、さつまいもケーキ、ホイップクリーム	鶏もも肉、卵、牛乳	生姜、ブロッコリー、ほうれん草、たまねぎ、人参	麦茶、かつおふりかけ、醤油、料理酒、塩、コンソメ、鶏がら	ハーベスト 麦茶 お羊ケーキ 牛乳
26	水	ご飯 マーボー豆腐 マカロニサラダ 中華スープ(玉ねぎ、わかめ)	米、片栗粉、ごま油、マカロニ、コーン、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏豚ミンチ、豆ミンチ、豆腐、味噌、わかめ、ヨーグルト	たまねぎ、人参、ねぎ、生姜、きゅうり、バナナ	醤油、塩、こしょう、コンソメ、中華だし、麦茶	サッポロポテト 牛乳 はななヨーグルト 麦茶
27	木	納豆ご飯 鮭の塩焼き 金平ごぼう 味噌汁(麩、小松菜)	米、砂糖、ごま油、麩、サラダ油、ヤクルト	納豆、ピンクサーモン、味噌、チキンナゲット	ごぼう、人参、小松菜	麦茶、塩、醤油、こんぶだし、トマトケチャップ	ルヴァン 麦茶 チゲット(ケチャップ) ヤクルト
28	金	冷やしきつねうどん ジャーマンポテト バナナ	うどん、砂糖、ポテト、サラダ油、米	牛乳、揚げ、ベーコン、鰹節	ほうれん草、たまねぎ、バセリ、バナナ	麦茶、昆布つゆ、塩、醤油、コンソメ	あんぱんまんせんべい 牛乳 おがおにぎり 麦茶
29	土	チャーハン 野菜コロッケ わかめスープ(白ねぎ、わかめ)	米、ごま油、野菜コロッケ、ドームケーキ(カスタード)	牛乳、卵、鶏豚ミンチ、わかめ	人参、たまねぎ、ねぎ	麦茶、中華だし、塩、こしょう、中濃ソース、コンソメ、鶏がら、醤油	マリービスケット 麦茶 ドームケーキ(カスタード) 牛乳
31	月	ご飯 魚の蒲焼あん 切り干し大根 味噌汁(キャベツ、揚げ)	米、片栗粉、サラダ油、砂糖、食パン	メルルーサ、揚げ、豆腐、味噌、チーズ、牛乳	切り干し大根、人参、いんげん、キャベツ	麦茶、蒲焼のたれ、みりん、醤油、料理酒、こんぶだし、トマトケチャップ	ビスコ 麦茶 チーズトースト 牛乳

きゅうりやトマトなど、夏野菜は水分をたっぷり含んでいるので汗で奪われた水分を補給したり、涼しく過ごせるように体を冷やしたりする作用があります。また、利尿作用のあるカリウムも豊富。暑さでとり過ぎてしまった水分をしっかりと排出して、体内の水分量を調節してくれます。

夏野菜を食べて元気に夏を乗り切りましょう。

