

令和8年 8月献立表

保育園アリス宿河原

食育・イベント	日	曜	朝おやつ	給食	午後おやつ	3 色 分 類		
						あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
	1	土	牛乳	豚丼 ナムル 味噌汁(人参・長ねぎ) りんご	お茶 お菓子	牛乳 豚もも肉 かつお節 味噌	米 油 ごま油 砂糖 お菓子	玉ねぎ もやし きゅうり 人参 長ねぎ 昆布 りんご
	3・17	月	牛乳	ごはん 豚肉の韓国風焼き きゃべつのさっぱり和え 味噌汁(さつまいも・玉ねぎ) バナナ	牛乳 アップルケーキ	牛乳 豚もも肉 かつお節 味噌	米 ごま油 砂糖 白ごま さつまいも ホットケーキ ミックス 豆乳 油 りんご シロップ	にんにく キャベツ セロリ 人参 生姜 玉ねぎ 昆布 バナナ りんご
	4・18	火	牛乳	ごはん 4日:油淋鶏 18日:油淋鶏 きゅうりのおかか和え 春雨スープ りんご	牛乳 ブルーベリージャムサンド	牛乳 鶏もも肉(4日) 豚挽肉(18日) かつお節	米 片栗粉 油 砂糖 ごま油 春雨 ロイヤルブレッド プルーベリージャム	生姜 長ねぎ にんにく きゅうり 人参 玉ねぎ 小松菜 りんご
	5・19	水	牛乳	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(大根・人参・長ねぎ) すいか	牛乳 冷やしうどん	牛乳 鯖 かつお節 味噌 油揚げ	米 白ごま 砂糖 乾麺	ほうれん草 もやし 人参 大根 長ねぎ 昆布 すいか
	6・20	木	牛乳	チキンカレーライス コーンスローサラダ りんご	牛乳 お麩のココアラスク	牛乳 鶏むね肉	米 押し麦 じゃがいも 油 麩 砂糖 バター ココア	人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり セロリ ホール コーン缶 りんご
7日 ぞう組 とうもろこしの皮むき	7・21	金	牛乳	麻婆丼 もやしの中華風サラダ わかめスープ(長ねぎ・玉ねぎ) バナナ	牛乳 7日:焼きとうもろこし 21日:コーンマヨ トースト	牛乳 木綿豆腐 豚挽肉 味噌	米 砂糖 片栗粉 油 とうもろこし ロイヤルブレッド(21日)	人参 長ねぎ もやし きゅうり 生わかめ 玉ねぎ バナナ
	8・22	土	牛乳	ハッシュドボーク しょう油フレンチ バナナ	お茶 お菓子	牛乳 豚もも肉	米 油 お菓子	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり セロリ バナナ
	10・24	月	牛乳	ごはん 豆腐ハンバーグ 人参サラダ 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ・油揚げ) りんご	牛乳 マカロニのあべ川	牛乳 豚挽肉 木綿豆腐 油揚げ かつお節 味噌 黄な粉	米 バン粉 油 砂糖 白ごま マカロニ	玉ねぎ 人参 きゅうり もやし キャベツ 昆布 りんご
	12・26	水	牛乳	カレーピラフ きゅうりとツナの和えもの コンソメスープ(人参・玉ねぎ・じゃが芋) りんご	牛乳 人参パンケーキ	牛乳 豚挽肉 まぐろ油漬缶	米 油 砂糖 じゃがいも ホットケーキミックス	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり 生わかめ ホール コーン缶 りんご
	13・27	木	牛乳	ごはん 鮭の胡麻照り焼き 切干大根のサラダ 味噌汁(絹豆腐・長ねぎ) バナナ	牛乳 ひまわり羹 13日:プレミアム クラッカー 27日:非常食用 ハーベスト	牛乳 鮭 絹ごし豆腐 味噌 かつお節	米 砂糖 米粉 白ごま 油 ごま油 プレミアムクラッカー(13日) ハーベスト(27日)	切干大根 人参 きゅうり 長ねぎ 昆布 バナナ 寒 天 100%オレンジジュース 100%グレープジュース
	14・28	金	牛乳	三色丼 ひじきのマヨネーズ和え 味噌汁(わかめ・玉ねぎ・油揚げ) りんご	牛乳 手作りポップコーン (塩味)	牛乳 豚挽肉 油揚げ かつお節 味噌	米 砂糖 マヨネーズ(卵なし) ポップコーン種 油	ホールコーン缶 さやいんげん 干しひじき きゅうり 人参 生わかめ 玉ねぎ 昆布 りんご
	15・29	土	牛乳	ツナそぼろごはん きゅうりの中華和え 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) バナナ	お茶 お菓子	牛乳 まぐろ油漬缶 かつお節 味噌	米 砂糖 白ごま ごま油 じゃがいも お菓子	きゅうり 人参 玉ねぎ 昆布 バナナ
	25	火	牛乳	鶏ちゃん丼 三色サラダ 雷汁 バナナ	牛乳 小倉サンド	牛乳 鶏もも肉 味噌 木綿豆腐 かつお節	米 油 ロイヤルブレッド バター こしあん	にんにく キャベツ 人参 玉ねぎ ブロッコリー カリフラワー 大根 長ねぎ 昆布 バナナ
	31	月	牛乳	ごはん 豚肉の炒め煮 野菜の胡麻醤油かけ 味噌汁(切干大根・長ねぎ) バナナ	牛乳 フレンチおさつ	牛乳 豚もも肉 かつお節 味噌	米 春雨 油 砂糖 白ごま さつまいも	生姜 玉ねぎ もやし 人参 ほうれん草 切干大根 長ねぎ 昆布 バナナ