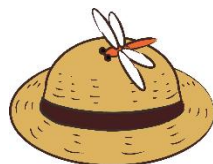




令和 8 年度

8 月献立表



嵩見保育所

日付	曜日	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ	
1	土	大豆のスナック	しらすチャーハン 鶏肉の五目汁 オレンジ	米、しらす干し、玉ねぎ、人参、長ねぎ、中華味、塩、しょうゆ、油 鶏肉、大根、人参、ごぼう、ねぎ、油揚げ、かつおだし、しょうゆ、塩	青りんごゼリー 星たべよ	
3	月	ビスケット	親子丼 ☆ フライドおさつ ひじきの煮物 メロン／牛乳	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、ねぎ、卵、うすくち醤油、砂糖、 みりん、塩、油、かつおだし さつまいも、塩、オリーブ油 ひじき、人参、うす揚げ、ピーマン、みりん、砂糖、しょうゆ、うすくち醤油、 煮干し	フレンチトースト 食パン、砂糖、卵、牛乳、粉糖 スキム牛乳 牛乳、スキムミルク	
4	火	バナナ	麦ごはん ☆ 魚のフライ モロヘイヤのねばねば和え わかめの味噌汁 オレンジ／牛乳	米、大麦 さけ、塩、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、マヨドレ モロヘイヤ、オクラ、人参、ごま、もみり、しょうゆ わかめ、人参、玉ねぎ、キャベツ、ねぎ、煮干し、味噌	にんじんケーキ 人参、ホットケーキミックス、砂糖、 バター、卵、牛乳 牛乳	
5	水	おからスナック	麦ごはん 豚ひき肉のマヨドレ焼き キャベツの胡麻和え 冬瓜の春雨スープ グレープフルーツ／牛乳	米、大麦 豚ひき肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、塩、油、マヨドレ キャベツ、もやし、人参、豆苗、しょうゆ、すりごま 冬瓜、春雨、人参、長ねぎ、しいたけ、中華味、塩	豆乳くずもち 片栗粉、豆乳、きなこ、砂糖、塩 星たべよ 牛乳	
6	木	ふわふわチップ	麦ごはん ☆ 鶏肉のマスタード焼き ☆ じゃこ入り酢の物 麩の味噌汁 オレンジ／牛乳	米、大麦 鶏肉、マスタード、ウスターソース、玉ねぎ、米粉 キャベツ、きゅうり、人参、しらす干し、酢、しょうゆ、砂糖 麩、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ねぎ、煮干し、味噌	☆ とうもろこし ビスケット 牛乳	
7	金	クラッカー	セタラーメン 大豆の煮物 ☆ 豆苗ナムル すいか／牛乳	ラーメン、鶏肉、わかめ、うす揚げ、しょうゆ、砂糖、オクラ、鶏ガラ、酒、 中華味、うすくち醤油、塩、ごま油、人参 大豆、人参、ごぼう、しょうゆ、みりん、砂糖 もやし、豆苗、人参、しょうゆ、ごま、ごま油	案餅 ホットケーキミックス、白玉粉、 豆腐、粉糖、油 牛乳	
8	土	大豆のスナック	麦ごはん ☆ 鶏肉のマーマレード焼き ☆ 切干大根の胡麻酢和え 冬瓜の味噌汁 オレンジ	米、大麦 鶏肉、マーマレード、しょうゆ 切干大根、人参、豆苗、ツナ、ごま、酢、うすくち醤油、砂糖 冬瓜、玉ねぎ、人参、油揚げ、ねぎ、煮干し、味噌	バナナ ハッピーターン	
10	月	ふわふわチップ	麦ごはん 魚の味噌煮 ☆ 小松菜と油揚げの和え物 キャベツの味噌汁 オレンジ／牛乳	米、大麦 さば、味噌、砂糖、酒、みりん、 小松菜、人参、えのきたけ、うす揚げ、砂糖、しょうゆ キャベツ、人参、玉ねぎ、豆苗、油揚げ、煮干し、味噌	☆ きなこパン 食パン、きなこ、砂糖、塩 牛乳	
11	火	山の日				
12	水	バフスナック	豆腐のそぼろ煮丼 ☆ かぼちゃのオイル焼き ☆ きゅうりともやしの昆布和え グレープフルーツ 牛乳	米、豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、味噌、しょうゆ、片栗粉、油 かぼちゃ、塩、オリーブ油 きゅうり、もやし、パプリカ、塩こんぶ、ごま油、ごま	カラメル米粉蒸しパン 米粉、ベーキングパウダー、豆乳、 油、砂糖、塩 牛乳	
13	木	クラッカー	希望保育（弁当）			星たべよ
14	金	おからスナック	希望保育（弁当）			ハッピーターン
15	土	ふわふわチップ	希望保育（弁当）			ぼたぼた焼き
17	月	大豆のスナック	夏野菜カレーライス ☆ ごぼうの煮物 ピージャコソテー すいか／牛乳	米、牛肉、かぼちゃ、じゃがいも、なす、人参、玉ねぎ、オクラ、トマト、 カレーパウダー、油 ごぼう、煮干し、しょうゆ、砂糖 ピーマン、しらす干し、油	☆ マヨコーンピザ ピザ生地、コーン缶、マヨドレ、 チーズ、パセリ 牛乳	
18	火	バナナ	青菜ふりかけごはん ☆ 手作りソーセージ ☆ パプリカともやしの胡麻酢和え キャベツスープ オレンジ／牛乳	米、青菜ふりかけ 鶏ひき肉、豚ひき肉、鶏ささみ、にんにく、生姜、塩、ケチャップ パプリカ、もやし、きゅうり、ごま、しょうゆ、酢、砂糖 キャベツ、人参、玉ねぎ、えのきたけ、ブイヨン、うすくち醤油	☆ オートミールクッキー オートミール、小麦粉、砂糖、 マーガリン カミカミデー 牛乳	

日付	曜日	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ
19	水	ビスケット	かぼちゃロール マカロニミートマヨグラタン キャベツとコーンの和え物 人参スープ グレープフルーツ／牛乳	マカロニ、豚ひき肉、玉ねぎ、米粉、トマト缶、ケチャップ、中華味、油、 マヨドレ キャベツ、人参、コーン缶、ツナ、砂糖、しょうゆ、酢 人参、玉ねぎ、えのきたけ、パセリ、ブイヨン、うすくち醤油	とうもろこしごはん 米、とうもろこし、塩 牛乳
20	木	バフスナック	麦ごはん 魚の香り焼き ☆ きゅうりともやしの中華漬け 玉ねぎときのこ汁 バナナ／牛乳	米、大麦 さば、レモン、しょうゆ、みりん きゅうり、もやし、パプリカ、しょうゆ、ごま、ごま油 玉ねぎ、人参、しめじ、えのきたけ、かつおだし、うすくち醤油、塩	フライドポテト フライドポテト、塩、油 牛乳
21	金	ふわふわチップ	麦ごはん ☆ 鶏レバーのカレーソース和え キャベツとツナのサラダ 油揚げの味噌汁 オレンジ／牛乳	米、大麦 鶏レバー、片栗粉、油、玉ねぎ、人参、ピーマン、カレールウ、ブイヨン、 しょうゆ、牛乳 キャベツ、人参、豆苗、ツナ、マヨドレ 油揚げ、長ねぎ、人参、玉ねぎ、煮干し、味噌	豆乳ココアクリームサンド 食パン、ビュアココア、砂糖、豆乳、 コーンスターチ 牛乳
22	土	クラッカー	鶏ミンチ丼 豆苗スープ グレープフルーツ	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、えのきたけ、ねぎ、中華味、しょうゆ、 みりん、油、片栗粉 豆苗、人参、もやし、玉ねぎ、中華味、塩	グレープゼリー 星たべよ
24	月	おからスナック	麦ごはん おからのつくね焼き オクラの胡麻和え きのこの味噌汁 オレンジ／牛乳	米、大麦 おから、鶏ひき肉、玉ねぎ、卵、塩、片栗粉、油、しょうゆ、酒、砂糖、 みりん オクラ、すりごま、しょうゆ しいたけ、しめじ、えのきたけ、エリンギ、人参、ねぎ、油揚げ、煮干し、 味噌	☆ マーマレードスコーン ホットケーキミックス、マーマレード、 マーガリン、牛乳 牛乳
25	火	ビスケット	ゆかりごはん ツナ入り卵焼き ☆ ごぼうサラダ わかめ汁 バナナ 牛乳	米、ゆかり 卵、ツナ、人参、玉ねぎ、砂糖、塩、酒、かつお節 ごぼう、人参、きゅうり、ハム、ごま、マヨドレ、うすくち醤油、砂糖 わかめ、玉ねぎ、人参、もやし、かつおだし、うすくち醤油、塩	アイスクリーム【松・年中・年長】 アイスクリーム、豆乳ホイップ、 砂糖、カラスプレーチョコ プリン【桃・梅・桜】 プリン、豆乳ホイップ、砂糖、 カラスプレーチョコ クラッカー 牛乳
26	水	大豆のスナック	バターロール ☆ タンドリーチキン ☆ ビグルス つぶコーンスープ メロン／牛乳	鶏肉、塩、ヨーグルト、マヨドレ、カレー粉、ケチャップ、にんにく、生姜 きゅうり、人参、酢、砂糖、うすくち醤油、だし昆布 コーン缶、玉ねぎ、人参、ブイヨン、塩、うすくち醤油、パセリ	ごまじゃこごはん 米、しらす干し、ごま、塩 牛乳
27	木	バナナ	麦ごはん ホイコーロー 焼きかぼちゃ天 トマトとひじきのサラダ すいか／牛乳	米、大麦 豚肉、キャベツ、パプリカ、人参、生姜、にんにく、赤みそ、しょうゆ、酒、 砂糖、片栗粉、油 かぼちゃ、米粉、すりごま、塩、油 トマト、きゅうり、ひじき、ツナ、酢、砂糖、塩	味噌まんじゅう 米粉、ベーキングパウダー、砂糖、 味噌、豆乳、こしあん 牛乳
28	金	クラッカー	中華風おこわ 大豆とツナの酢の物 けんちん汁 オレンジ／牛乳	米、もち米、豚肉、ごま油、人参、たけのこ、ひじき、うす揚げ、 干しいたけ、生姜、しょうゆ、塩、パセリ 大豆、ツナ、豆苗、人参、ごま、酢、しょうゆ、砂糖、オリーブ油 鶏肉、大根、人参、しめじ、油揚げ、うすくち醤油、塩、煮干し	スティックトースト 食パン、粉糖、ビュアココア スキム牛乳 牛乳、スキムミルク
29	土	ふわふわチップ	ピラフ 鶏肉としめじのすまし汁 グレープフルーツ	米、豚肉、人参、玉ねぎ、ねぎ、塩、しょうゆ、中華味、油 鶏肉、人参、玉ねぎ、しめじ、ごぼう、ねぎ、しょうゆ、塩、煮干し	バナナ ハッピーターン
31	月	バフスナック	麦ごはん 魚の生姜煮 わかめの酢の物 なすの味噌汁 オレンジ／牛乳	米、大麦 さば、生姜、酒、みりん、しょうゆ、砂糖 わかめ、キャベツ、人参、酢、塩、砂糖、うすくち醤油、ごま なす、人参、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、煮干し、味噌	マカロニあべかわ マカロニ、きなこ、砂糖、塩 牛乳

保育所行事、材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。お茶に使用する水は、有害物質を除去した安全な水です。午前おやつは3歳未満児に提供します。
延長保育の補食は、月曜日・・・わかめごはん、火曜日・・・しそこんぶごはん、水曜日・・・しらすごはん、木曜日・・・ゆかりごはん、金曜日・・・青菜ごはん を提供します。
☆印はよく噛んで食べることを意識したカミカミメニューです。よく噛んで食べる食材を使用したもの、固さや弾力のあるもの、水分量の少ないものが対象となっています。
今年度も年長児に好きなメニューを開き、献立に取り入れています。3月まで順次入れていきます。☞は、リクエストしてくれたお友達の名前です。