

令和8年 8月 給食献立表

社会福祉法人多摩養育園
光明第四こども園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 土	豆びよいちご	肉うどん、海老シュウマイ、きゅうりともやしのゆかりあえ、バナナ	ゆでうどん、○薄皮クリームパン、しゅうまい(冷凍)、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、えび、かつお節、◎豆乳飲料	バナナ、たまねぎ、もやし、きゅうり	牛乳 薄皮クリームパン
3 月	豆乳 きゅうりスティック	高野豆腐のじゃじゃ麺、もずくのかき揚げ、おくらの梅肉和え、すいか	ゆでうどん、天ぷら粉、油、片栗粉、砂糖	○アイスクリーム、凍り豆腐、淡色みそ、◎豆乳	きゅうり、すいか、オクラ、むきえだまめ、にんじん、もずく、コーン缶、○もも漬缶、○ぶどう濃縮果汁、○ストロベリーソース、うめ干し、◎きゅうり	麦茶 アイス屋 (バナッパ・ガリガリ君)
4 火	飲むヨーグルト	ごはん、煮込み汁、アジの南蛮漬け、たたききゅうり、オレンジ	米、○食パン、油、片栗粉、玄米、ごま油、三温糖	○牛乳、あじ、生揚げ、○バター、○粉チーズ、白いりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、だいこん、黄ピーマン、ほうれんそう(冷凍)、塩こんぶ	牛乳 チーズトースト
5 水	豆乳 おしゃぶり昆布	バターロール、オニオンスープ、ポークビーンズ、ブロッコリーとホタテのサラダ、キウイフルーツ	ロールパン、○米、マヨネーズ、じゃがいも、油、クルトン、砂糖	豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、ほたて貝柱水煮缶、◎豆乳	たまねぎ、ミニブロッコリー、トマトビュレ、キウイフルーツ、もやし、にんじん、○こんぶ佃煮、グリーンピース、○焼きのり、にんにく	麦茶 昆布おにぎり
6 木	飲むヨーグルト	のり佃煮ごはん、なめこのみそ汁、れんこんつくね、小松菜の和え物、オレンジ	米、○パイ皮、砂糖、片栗粉、玄米	○牛乳、鶏ひき肉、○こしあん(生)、木綿豆腐、油揚げ、米みそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、ねぎ、れんこんいちょう切り、こまつな、なめこ、にんじん、もやし、焼きのり、カットわかめ	牛乳 ココアあんのパイ
7 金	豆乳 だいこんスティック	ごはん、麩のすまし汁、かれのい西京焼き、肉じゃが、グレープフルーツ	米、じゃがいも、しらたき、○油、○片栗粉、玄米、砂糖、小町麩、○砂糖、油	○牛乳、かれのい、豚肉(肩ロース)、西京みそ、○白いりごま、◎豆乳	グレープフルーツ、○ごぼう、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、さやえんどう、○じゃがいも、糸みつば、◎だいこん	牛乳 ごぼうの甘辛揚げ ポテトチップス
8 土	アップル&キャロット	じゃこスパゲッティ、えびフライ、おからサラダ、バナナ	スパゲティ、○ホットケーキ粉、パン粉、○粉糖、マヨネーズ、油、小麦粉、砂糖	○牛乳、えび、○全卵、おから、しらす干し、○バター、ハム、無塩バター	◎野菜ジュース、バナナ、ミニブロッコリー、○マーマレード、○オレンジ天然果汁	牛乳 オレンジスティックケーキ
10 月	豆乳 きゅうりスティック	★しよいめし、にらともやしのみそ汁、黒はんぺんのフライ、マカロニサラダ、すいか	米、○米、糸こんにゃく、マカロニ、○砂糖、マヨネーズ、パン粉、油、○玄米、小麦粉	黒はんぺん、○挽きわり納豆、ハム、だし入りみそ、油揚げ、◎豆乳	すいか、キャベツ、にんじん、もやし、ごぼう、きゅうり、にら、○焼きのり、干ししいたけ、◎きゅうり	麦茶 納豆巻き
11 火	 山の日 					
12 水	豆乳 おしゃぶり昆布	とんこつラーメン、揚げワナン、ほうれん草と海苔の和え物、キウイフルーツ、リッツクラッカー	ゆで中華めん、ワナンの皮、リッツ、油、ごま油	○牛乳、焼き豚、豚ひき肉、白いりごま、◎豆乳	ほうれんそう、キウイフルーツ、○みかん缶、もやし、○キウイフルーツ、ねぎ、キャベツ、にんじん、刻みのり	牛乳 フルーツゼリー
13 木	飲むヨーグルト	鶏飯、いかメンチ、ブロッコリーとしらす和え、オレンジ	米、○小麦粉、○油、○砂糖、パン粉、油、小麦粉	○牛乳、鶏ささ身、鶏糸卵、いか、しらす干し、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、ミニブロッコリー、もやし、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だいこん(つぼ煮)、紅しょうが、刻みのり	牛乳 ちんすこう
14 金	豆乳 だいこんスティック	カレーライス、チキンナゲット、海藻サラダ、グレープフルーツ	米、じゃがいも、○ゆでうどん、○小麦粉、玄米、油	チキンナゲット、豚肉(肩ロース)、○豚肉(肩ロース)、かにかまぼこ、○油揚げ、◎豆乳	グレープフルーツ、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、○だいこん、○にんじん、○ごぼう、○ねぎ、海藻ミックス、◎だいこん	麦茶 すいとん汁 ※乳児クラスはうどん
15 土	白ぶどう&ほうれん草	豚丼、麩のみそ汁、和風ポテトサラダ、バナナ	米、じゃがいも、○小麦粉、玄米、マヨネーズ、○砂糖、小町麩、砂糖、○グラニュー糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水煮缶、○バター、米みそ	バナナ、たまねぎ、むきえだまめ、にんじん、ひじき、カットわかめ、しょうが	牛乳 ブレーンクッキー
17 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、あおさのみそ汁、鶏のから揚げ、パスタ入りグリーンサラダ、すいか	米、○ホットケーキ粉、油、○メープルシロップ、スパゲティ、玄米、片栗粉、小麦粉	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、鶏ささ身、だし入りみそ、○卵、○バター、◎豆乳	すいか、ミニブロッコリー、レタス、にんじん、たまねぎ、しょうが、あおさ、◎きゅうり	牛乳 ホットケーキ
18 火	飲むヨーグルト	ごはん、煮込み汁、アジの蒲焼き、たたききゅうり、オレンジ	米、○食パン、三温糖、油、片栗粉、玄米、ごま油	○牛乳、あじ、生揚げ、○バター、○粉チーズ、白いりごま、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、きゅうり、だいこん、にんじん、ほうれんそう(冷凍)、塩こんぶ	牛乳 チーズトースト
19 水	豆乳 おしゃぶり昆布	バターロール、オニオンスープ、ポークビーンズ、ブロッコリーとホタテのサラダ、キウイフルーツ	ロールパン、○米、マヨネーズ、じゃがいも、油、○玄米、クルトン、砂糖	豚肉(肩ロース)、大豆(ゆで)、ほたて貝柱水煮缶、○鮭フレーク、◎豆乳	たまねぎ、ミニブロッコリー、トマトビュレ、キウイフルーツ、もやし、にんじん、グリーンピース、○焼きのり、にんにく	麦茶 鮭おにぎり
20 木	飲むヨーグルト	のり佃煮ごはん、なめこのみそ汁、れんこんつくね、小松菜の和え物、オレンジ	米、○パイ皮、砂糖、片栗粉、玄米	○牛乳、鶏ひき肉、○こしあん(生)、木綿豆腐、油揚げ、米みそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、ねぎ、れんこんいちょう切り、こまつな、なめこ、にんじん、もやし、焼きのり、カットわかめ	牛乳 ココアあんのパイ
21 金	豆乳 だいこんスティック	ごはん、麩のすまし汁、かれのい西京焼き、肉じゃが、グレープフルーツ	米、じゃがいも、しらたき、○油、○片栗粉、玄米、砂糖、小町麩、油	○牛乳、かれのい、豚肉(肩ロース)、西京みそ、◎豆乳	グレープフルーツ、○ごぼう、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、さやえんどう、糸みつば、○あおのり、◎だいこん	牛乳 ごぼうチップス
22 土	豆びよいちご	マーボー麺、ぎょうざ、ほうれん草とじゃこのナムル、バナナ	ゆで中華めん、ぎょうざ(冷凍)、○食パン、ごま油、片栗粉、砂糖	○牛乳、木綿豆腐、○ホイップクリーム、豚ひき肉、しらす干し、白みそ、白いりごま、テンメンジャン(落花生なしのもの)、◎豆乳飲料	バナナ、ほうれんそう、もやし、○みかん缶、ねぎ、干ししいたけ、しょうが	牛乳 フルーツサンド(みかん)
24 月	豆乳 きゅうりスティック	しよいめし、にらともやしのみそ汁、黒はんぺんのフライ、マカロニサラダ、オレンジ	米、○米、糸こんにゃく、マカロニ、○砂糖、マヨネーズ、パン粉、油、○玄米、小麦粉	黒はんぺん、○挽きわり納豆、ハム、だし入りみそ、油揚げ、◎豆乳	オレンジ、キャベツ、にんじん、もやし、ごぼう、きゅうり、にら、○焼きのり、干ししいたけ、◎きゅうり	麦茶 納豆巻き
25 火	飲むヨーグルト	タコライス、きのこのスープ、ハッシュドポテト、すいか	米、ハッシュドポテト、三温糖、ポテトチップス、○砂糖	○牛乳、豚ひき肉、○生クリーム、ベーコン、サラダチーズ、バター、◎ヨーグルト(ドリンク)	すいか、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ホーントマト缶詰、○バナナ、しいたけ、○オレンジ、レタス、しめじ、グリーンピース(冷凍)、トマト、あおのり、セロリー	牛乳 お楽しみデザート
26 水	豆乳 おしゃぶり昆布	★近江ちゃんぼん、揚げワナン、ほうれん草と海苔の和え物、キウイフルーツ	ゆで中華めん、ワナンの皮、○リッツ、○砂糖、油、ごま油	◎ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、豚ひき肉、○脱脂粉乳、白いりごま、◎豆乳	ほうれんそう、キウイフルーツ、もやし、○みかん缶、キャベツ、○バナナ、たまねぎ、にんじん、刻みのり	麦茶 フルーツヨーグルト リッツクラッカー
27 木	飲むヨーグルト	ごはん、あおさのみそ汁、さばのねぎ塩焼き、浦上そばろ、オレンジ	米、○ロールパン、○マヨネーズ、板こんにゃく、玄米、砂糖、油	○牛乳、さば、豚肉(肩)、木綿豆腐、だし入りみそ、◎ヨーグルト(ドリンク)	オレンジ、もやし、にんじん、○だいこん(たくあん)、ごぼう、ねぎ、あおさ	牛乳 ★ <u>サラダパン</u>
28 金	豆乳 だいこんスティック	カレーライス、チキンナゲット、海藻サラダ、グレープフルーツ	米、じゃがいも、玄米、油	チキンナゲット、○こしあん(生)、豚肉(肩ロース)、かにかまぼこ、◎豆乳	グレープフルーツ、たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、海藻ミックス、○かんでん(粉)、◎だいこん	麦茶 水ようかん
29 土	アップル&キャロット	たぬきうどん、シュウマイ、ほうれん草のなめたけ和え、バナナ	ゆでうどん、しゅうまい(冷凍)、○ビザクラスト、○マヨネーズ、天かす、○三温糖	○牛乳、○鶏もも肉、○とろけるチーズ、かまぼこ	◎野菜ジュース、ほうれんそう、バナナ、もやし、にんじん、○たまねぎ、なめたけ、ねぎ、○しょうが	牛乳 鶏マヨビザ
31 月	豆乳 きゅうりスティック	ごはん、あおさのみそ汁、鶏のから揚げ、パスタ入りグリーンサラダ、すいか	米、○ホットケーキ粉、油、○メープルシロップ、スパゲティ、玄米、片栗粉、小麦粉	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、鶏ささ身、だし入りみそ、○卵、○バター、◎豆乳	すいか、ミニブロッコリー、レタス、にんじん、たまねぎ、しょうが、あおさ、◎きゅうり	牛乳 ホットケーキ

★印は滋賀県の郷土料理です

☆ 一日あたりの平均給与量 ☆									
	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児	508kcal	20.6g	18.7g	198mg	2.1mg	160 μg	0.31mg	0.37mg	43mg
3歳未満児	480kcal	21.1g	17.6g	229mg	2.5mg	130 μg	0.28mg	0.38mg	36mg

・仕入等により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。



☆今月の行事食☆
3日：精進料理・アイス屋さん
10日：しよいめし
14日：終戦記念日
25日：ハッピーデー
26日：近江ちゃんぼん
27日：サラダパン

