



令和8年8月



給食献立表



日野こども園

日	曜日	献立名	おやつ	おもに体をつくる	おもにエネルギーの もとになる	おもに体の調子を 整える
1	土	*家族ふれあいの日* お弁当	お菓子			
3	月	春雨スープ ニラ入り卵焼き ♪マカロニ入り中華サラダ	⑦きな粉ヨーグルト お菓子	ちくわ 豆腐 ハム 卵 牛乳 きな粉 スキミミルク	米 緑豆春雨 マカロニ 油 ごま油 ごま	人参 青ねぎ 玉ねぎ もやし 筍水煮 きゅうり 枝豆 コーン ニラ
4	火	*お楽しみメニュー* ♪ツナと枝豆の炊き込みご飯	♪⑦米粉と豆乳の バナナケーキ ミルク	シーチキン 合挽肉 厚揚げ えび 卵 豆乳	米 片栗粉 油 小麦粉 ノンエッグマヨネーズ 米粉 米油	青ねぎ 玉ねぎ 人参 いんげん 枝豆 かぼちゃ ブロッコリー コーン 冬瓜 きゅうり バナナ フルーツゼリー
5	水	ご飯 ABCスープ チーズ入り炒り卵 果物	牛乳 お菓子	ベーコン 卵 チーズ 牛乳	米 油 じゃが芋 ABCマカロニ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ しめじ コーン いんげん パイン缶
6	木	ご飯 鯛のレモン醤油煮 ひじき入り白和え さつま芋ベイクド	スイカ	鯛 豆腐 ひじき	米 こんにゃく さつま芋 ごま	人参 ほうれんそう スイカ
7	金	ねばねば素麺 枝豆 鶏の天ぷら	0・1歳児:お菓子 2～5歳児 アイス お菓子	シーチキン めかぶ 鶏肉	素麺 小麦粉 油	人参 オクラ きゅうり コーン 枝豆
8	土	*家族ふれあいの日* コッペパン かき玉汁 野菜のかき揚げ プリン	お菓子	鶏肉 卵 プリン	コッペパン じゃが芋 油 小麦粉	人参 ほうれん草 玉ねぎ
10	月	*希望保育* ロールパン ミルクスープ えびフリッター チーズ	牛乳 お菓子	ベーコン 豆腐 牛乳 えび チーズ	ロールパン 小麦粉 油	人参 ブロッコリー 玉ねぎ
12	水	*希望保育* 食パン ポトフ ハンバーグ 果物	牛乳 お菓子	ベーコン 合挽肉 牛乳	食パン 油	人参 ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ しめじ コーン バナナ
13	木	*希望保育* ロールパン 野菜スープ チキンナゲット トマト	牛乳 お菓子	鶏肉 豆腐 チキンナゲット 牛乳	ロールパン じゃが芋 油	人参 ブロッコリー 玉ねぎ トマト
14	金	*希望保育* 食パン ポークンチュー 野菜入り卵焼き 果物	牛乳 お菓子	豚肉 卵 牛乳	食パン じゃが芋 油 ブラウンシチュールー	人参 ブロッコリー 玉ねぎ グリーンピース しめじ コーン キウイ
15	土	*希望保育*家族ふれあいの日* ロールパン コーンスープ オムレツ ヨーグルト	お菓子	鶏肉 卵 ヨーグルト	ロールパン じゃが芋 油	人参 ほうれん草 玉ねぎ コーンクリーム缶 コーン
17	月	ご飯 白身魚フライ トマトとコーンのマリネ 高野のカレー煮 果物	牛乳 お菓子	白身魚 高野豆腐 牛乳	米 オリーブオイル	トマト パセリ コーン 黄桃缶
18	火	ご飯 ズッキーニの豆乳スープ ブロッコリーのごま和え ♪夏野菜のキッシュ風	⑦トマトジャムサンド	ベーコン 豆乳 ウインナー 卵 牛乳 パルメザンチーズ	米 じゃが芋 油 ごま 食パン バター	人参 いんげん 玉ねぎ コーン きゅうり ズッキーニ ブロッコリー レモン果汁 なすび かぼちゃ 赤パプリカ トマト
19	水	夏野菜カレーライス グリーンサラダ ミニコロッケ	⑦ぶどうの飲むヨーグルト お菓子	豚肉 ハム 牛乳 スキミミルク	米 油 カレールウ イタリアンドレッシング じゃが芋 小麦粉 パン粉	人参 かぼちゃ いんげん コーン 玉ねぎ なすび ズッキーニ ブロッコリー きゅうり サニーレタス ぶどうジュース100%
20	木	ご飯 ゴーヤチャンプルー 春雨サラダ ベイクドポテト	0・1歳児:お菓子 2～5歳児 アイス お菓子	豚肉 卵 木綿豆腐 ハム	米 油 ごま油 ごま 緑豆春雨 じゃが芋	人参 ゴーヤ 玉ねぎ もやし きゅうり コーン
21	金	ご飯 ♪冬瓜とオクラの具沢山スープ きゅうりとわかめの酢の物 果物	ミルク カンパン お菓子	鶏肉 シーチキン わかめ スキミミルク	米 油 こんにゃく ごま	人参 オクラ 玉ねぎ 冬瓜 しいたけ 生姜 きゅうり キウイ
22	土	*家族ふれあいの日* コッペパン トマトシチュー 唐揚げ ゼリー	お菓子	豚肉 鶏肉	コッペパン じゃが芋 油 小麦粉	人参 ブロッコリー 玉ねぎ ホールトマト缶 フルーツゼリー
24	月	ご飯 カニカマの中華スープ 野菜入り炒り卵 焼きししゃも	ミルク お菓子	カニカマ 豆腐 大豆水煮 卵 ししゃも スキミミルク	米 油	人参 青ねぎ 玉ねぎ もやし ブロッコリー
25	火	*なかよしメニュー* 彩りご飯 照り焼きチキン ポテトサラダ 果物	⑦マンゴーヨーグルト お菓子	鶏肉 チーズ 牛乳 スキミミルク	米 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	人参 きゅうり コーン オレンジ マンゴー缶
26	水	ご飯 すまし汁 海藻の青じそ和え 豆腐のふわふわ揚げ	♪⑦あずきスコーン	豚肉 豆腐 海藻ミックス 豆腐のふわふわ揚げ 卵 小豆	米 里芋 油 小麦粉 青じそドレッシング	人参 青ねぎ 玉ねぎ もやし きゅうり コーン
27	木	ぶっかけ冷麺 春巻き トマト	0・1歳児:お菓子 2～5歳児 アイス お菓子	ハム 卵 春巻き	中華麺 ごま油	人参 きゅうり トマト
28	金	とうもろこしご飯 ラタトゥイユ キャベツサラダ 果物	牛乳 お菓子	鶏肉 チーズ 牛乳	米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ	コーン 人参 ピーマン 玉ねぎ 黄パプリカ ホールトマト缶 なすび ズッキーニ きゅうり キャベツ りんご
29	土	*家族ふれあいの日* お弁当	お菓子			
31	月	ご飯 大豆と厚揚げの中華あん 小松菜のナムル 果物	牛乳 お菓子	ちくわ 厚揚げ 大豆水煮 卵 牛乳	米 片栗粉 油 ごま油 ごま	人参 いんげん 玉ねぎ しめじ 小松菜 きゅうり コーン バナナ



栄養士だより



* 10日(月)～15日(土)は希望保育となります。

* 25日(火)5歳児は給食をお弁当箱に詰める日です。
お弁当箱・ナフキンの用意をお願いします。

* 全園児、完全給食です。

* 0～2歳児は、空のお弁当箱・スプーン・フォークはいりません。

* 3～5歳児は、空のお弁当箱を持たせてください。

* 暑いので、こまめに水分補給をしています。

園で補充をしていますが、水分を多めに持たせてください。

* 初めて食べる食材や気になる食材は、ご家庭で何度か食べて
いただきますようお願いいたします。今月の新食材は赤字にしています。

* ♪は新メニューです。おやつの⑦は手作りおやつです。

夏の暑さをのりきるために

暑さの厳しい夏は、栄養
バランスのとれた食事と
十分な休息がより重要
になります。食事はめん
やパンだけなどにならない
よう、肉・魚・卵・野菜
などもバランスよくとるよ
うにしましょう。

