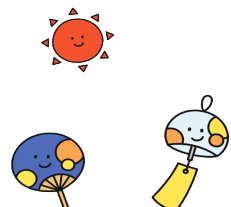


8月予定献立表



2026/08

西野山保育園

	10 24 (月)	25 (火)	12 26 (水)	27 (木)	28 (金)	1 29 (土)	
献立	ごはん あじの塩焼き ☆あじ 40 塩 0.2 和風ラタトゥユ ☆なす 15 にんじん 10 たまねぎ 13 ☆かぼちゃ 15 ☆トマト 18 いんげん 3 ベーコン 5 油 1 塩 0.1 みそ 2 みりん 4 春雨スープ はるさめ 2 にんじん 5 みずな 8 しめじ 5 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150	ごはん 鶏の梅みそ焼き 鶏肉 60 みそ 2 うめ干し 1 みりん 4 切干大根の煮物 切り干しだいこん 5.5 油揚げ 5 にんじん 7 いんげん 5 しょうゆ 2 三温糖 1 だし 玉ねぎとわかめのみそ汁 たまねぎ 20 カットわかめ 0.3 みそ 3 だし 150 	ごはん 冬瓜と肉団子の煮物 ☆とうがん 90 鶏ひき肉 40 高野豆腐 2 たまねぎ 10 しめじ 10 しょうが 片栗粉 1.2 塩 0.2 しょうゆ 5 みりん 3 三温糖 0.5 酒 3 だし 油 2 揚げ野菜のごまあえ ☆かぼちゃ 20 いんげん 5 にんじん 10 ☆なす 10 しょうゆ 1 ごま 1 油 1 	ごはん さばの西京焼き さば 40 白みそ 4 みそ 1 酒 3 なすの揚げ浸し ☆なす 40 しょうゆ 2 みりん 2 だし 油 1.5 かぼちゃの煮物 ☆かぼちゃ 30 しょうゆ 2 三温糖 1 だし もずくのみそ汁 もずく 10 豆腐 20 えのきたけ 5 みそ 3 だし 150	ごはん 夏野菜のミートソース煮 牛ひき肉 15 豚ひき肉 15 ☆なす 15 ☆かぼちゃ 35 たまねぎ 30 にんじん 20 ☆ピーマン 5 ウスターソース 1 三温糖 0.8 しょうゆ 1 ケチャップ 10 油 1 塩 0.1 トマト缶 30 コーンスープ たまねぎ 20 コーン缶 8 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150	ごはん 肉豆腐 豚ひき肉 30 焼き豆腐 55 たまねぎ 40 えのきたけ 10 ねぎ 10 しょうゆ 4 三温糖 2 みりん 1 しょうが わかめスープ カットわかめ 0.2 豆腐 15 かいわれだいこん 3 ごま 1 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150 	
	おやつ	◎もちもちトマトぱん 白玉粉 ソーセージ 塩 トマトジュース 油 パセリ 牛乳 150cc	ココアの蒸しパン 米粉 ココア 油 豆乳 BP 三温糖 牛乳 150cc	焼きとうもろこしごはんの おにぎり 米 ☆とうもろこし 塩 しょうゆ みりん お茶	ぶどうゼリー ぶどうジュース 三温糖 ゼラチン ぶどう 牛乳 150cc	きな粉トースト 食パン 三温糖 塩 きなこ 豆乳 牛乳 150cc	せんべい 牛乳 150cc
	延長	おかき	おにぎり	びすけっと	ふかし芋	せんべい	
		☆は旬の食材 ◎はゆりの リクエストメニューです			お誕生日日はぶどうゼリー でお祝いします♪	新しい夏野菜メニューを 入れてみます	
	3 17 31 (月)	4 18 (火)	5 19 (水)	6 20 (木)	7 21 (金)	8 22 (土)	
献立	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 鶏肉 60 塩こうじ 2 かぼちゃのサラダ ☆かぼちゃ 30 ☆きゅうり 13 コーン缶 7 たまねぎ ベーコン 6 みそ 0.5 しょうゆ 0.5 三温糖 0.8 酢 1 ごま 1 豆腐と豆苗のスープ 豆腐 15 しめじ 5 にんじん 3 豆苗 10 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150	ごはん 豚肉のトマトみそ炒め 豚肉 40 ☆トマト 15 ☆なす 20 じゃがいも 30 にんじん 10 グリーンアスパラガス 10 ☆大葉 5 みそ 3 酒 3 しょうゆ 2 にんにく 冬瓜のスープ ☆とうがん 25 ☆オクラ 2 くず粉 2 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150 	ごはん さわらの照り焼き さわら 40 しょうゆ 2 みりん 2 酒 1 ひじきの煮物 ひじき 1.3 大豆水煮 10 油揚げ 5 にんじん 7 糸こんにゃく 5 ☆ピーマン 3 三温糖 1 しょうゆ 2.5 だし 小松菜のみそ汁 こまつな 20 油揚げ 5 みそ 3 煮干しだし 150 	夏野菜のカレー 米 50 牛肉 35 じゃがいも 35 にんじん 25 たまねぎ 35 ☆かぼちゃ 20 ☆なす 20 ☆ピーマン 7 カレー粉 0.5 塩 1 しょうゆ 0.5 小麦粉 1.2 バター 1.2 三温糖 1 油 2 乳児・夏野菜のハヤシライス ケチャップ 8 米粉 1 小松菜のごま酢あえ こまつな 30 ツナ缶 7 にんじん 7 ごま 2 しょうゆ 0.8 酢 2	ごはん あじのみそ田楽 ☆あじ 40 大葉 0.3 みりん 3 三温糖 1 みそ 3 きゅうりの酢の物 ☆きゅうり 20 カットわかめ 0.3 ちりめんじゃこ 2 しょうが 三温糖 0.8 しょうゆ 0.6 酢 2.5 トマトのスープ ☆トマト 30 たまねぎ 20 ベーコン 5 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150	ミートスパゲッティ スパゲティ 35 合びき肉 25 たまねぎ 30 にんじん 10 マッシュルーム 5 いんげん 5 ケチャップ 10 トマト缶詰 30 赤ワイン 1 塩 0.2 三温糖 2 しょうゆ 2 油 2 野菜スープ 鶏ひき肉 5 キャベツ 20 たまねぎ 10 にんじん 3 パセリ 1 塩 0.3 しょうゆ 0.3 だし 150 酒 1 	
	おやつ	みかんゼリー みかんジュース みかん缶 ゼラチン 三温糖 牛乳 150cc	☆すいか おかき お茶	かぼちゃポーロ ☆かぼちゃ 片栗粉 上新粉 BP 三温糖 油 牛乳 150cc	◎ゆでとうもろこし ☆とうもろこし  牛乳 150cc	わらびもち わらび餅粉 三温糖 きなこ 塩 牛乳 150cc	ふかし芋 さつまいも 塩 牛乳 150cc
	延長	パン	おにぎり	蒸しパン	フライドポテト	せんべい	
			スイカ割を 楽しみたいと思います	5日はゆりさんが 川遊びに八瀬へ いきます 	この日は給食室が とうもろこし屋さんに なります		

夏本番！！暑くなりましたね🥵
子どもたちはプール活動や、育てた夏野菜を収穫し夏を満喫
しています。8月は新しいメニューも入れてみました！
暑さに負けず、夏バテ知らずで過ごせるようにしっかり食べて
お風呂につかって体の疲れをとり、早く寝るようにしましょう♪

お弁当日は
ありません

		エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg
乳児	目標	416	17.2	11.6	191	1.8
	予定献立栄養量	441	17.3	13.6	198	1.7
幼児	目標	574	23.7	15.9	259	2.3
	予定献立栄養量	509	20	15.7	225	2