



8月の献立表

★マークは新メニュー

令和8年度
認定こども園わだ

日付	献立	材 料 名				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	(○は午後おやつ) 調味料	
1 土	おにぎり（わかめふりかけ） 具だくさんみそ汁	米、じゃがいも	○牛乳、油揚げ、みそ	たまねぎ、にんじん、こまつな、わかめ	煮干だし汁、わかめふりかけ	牛乳 市販菓子
3 月	ご飯 鯖の煮つけ れんごんのきんぴら 冬瓜のみそ汁 バナナ	米、しらたき、砂糖、ごま油、ごま	○牛乳、さば、みそ、油揚げ	バナナ、とうがん、にんじん、れんごん、ねぎ、いんげん、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、酒、しょうゆ（うすくち）、○ゼリーの素	牛乳 ゼリー
4 火	ちらし寿司 まさご揚げ ふとほうれん草のすまし汁 ヨーグルト	米、○さつまいも、油、砂糖、片栗粉、○片栗粉、○油、ふ	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、えび、卵、脱脂粉乳、高野豆腐、かつお節	ほうれんそう、しめじ、にんじん、えだまめ、干しいたけ、ひじき、刻みのり	かつお・昆布だし汁、すし酢、しょうゆ（うすくち）、酢、○みりん、しょうゆ、みりん、食塩、和風だしの素、○食塩	牛乳 芋けんぴ
5 水	ご飯 お好み焼き風卵焼き きゅうりともやしのナムル じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、ごま、ごま油、○スナックスティックパン	○牛乳、卵、脱脂粉乳、みそ、油揚げ、かつお節	もやし、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ねぎ、あおのり	煮干だし汁、ソース、しょうゆ、食塩、しょうゆ（うすくち）	牛乳 スナックスティックパン
6 木	夏野菜カレー ブロッコリーの玉ねぎドレッシング ヨーグルト	米、油、砂糖	○牛乳、豚肉、脱脂粉乳、ハム	○オレンジ、たまねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー、トマト、きゅうり、にんじん、なす、ピーマン、スッキーニ	カレールウ、酢、食塩	牛乳 フルーツ（オレンジ）
7 金	ご飯（ふりかけひじき） 冷やし中華 ピーマンの肉づめ ヨーグルト	米、中華めん、○食パン、砂糖、片栗粉、ごま油、油	○牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、卵、木綿豆腐、ハム、脱脂粉乳	ピーマン、トマト、たまねぎ、きゅうり、○いちごジャム、にんじん、ひじき	ケチャップ、しょうゆ、酢、中華味、食塩、しそふりかけ	牛乳 いちごジャムトースト
8 土	市販パン	市販パン				牛乳 市販菓子
10 月	ご飯 豆腐の野菜そぼろ煮 パンサンスー バナナ	米、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、卵、○カルピス、豚ひき肉、ハム、○ゼラチン、かつお節	バナナ、こまつな、にんじん、たまねぎ、きゅうり、しょうが	しょうゆ、酢、酒、食塩	牛乳 カルピスゼリー
12 水	ビビンバ丼 豆腐と玉ねぎのみそ汁 オレンジ	米、ごま、砂糖、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、牛ひき肉、みそ、油揚げ	もやし、ほうれんそう、オレンジ、にんじん、たまねぎ、ねぎ、にんにく	煮干だし汁、しょうゆ、酒、中華味、しょうゆ（うすくち）	牛乳 市販菓子
13 木	ナポリタン じゃが芋と玉ねぎのスープ バナナ	スパゲティ、じゃがいも、油	○牛乳、ウインナー、牛乳、鶏ひき肉	たまねぎ、バナナ、ピーマン、コーン、キャベツ	ケチャップ、ソース、コンソメ、食塩	牛乳 市販菓子
14 金	チャーハン チンゲン菜の中華スープ オレンジ	米、ごま油、油	○牛乳、卵、豚ひき肉	オレンジ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、コーン、えのきたけ、ねぎ、わかめ	しょうゆ、中華味、酒、食塩	牛乳 市販菓子
15 土	おにぎり（わかめふりかけ） 具だくさんみそ汁	米、じゃがいも	○牛乳、油揚げ、みそ	たまねぎ、にんじん、こまつな、わかめ	煮干だし汁、わかめふりかけ	牛乳 市販菓子
17 月	ご飯 厚揚げの炒め物 トマトときゅうりのツナ酢和え バナナ	米、○さつまいも、砂糖、ごま油、片栗粉	○牛乳、厚揚げ、豚ひき肉、ツナ	バナナ、トマト、きゅうり、たまねぎ、にんじん、にら、しめじ	しょうゆ、酢、中華味	牛乳 焼きいも
18 火	コッペパン クリームシチュー にんじんとみかんのサラダ ヨーグルト	コッペパン、じゃがいも、○米、小麦粉、砂糖、油	○牛乳、牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、バター、粉チーズ	にんじん、たまねぎ、みかん缶、ブロッコリー、コーン、○塩こんぶ	コンソメ、食塩、ガーリックパウダー	牛乳 おにぎり（塩こんぶ）
19 水	ご飯（しそふりかけ） 蒸し鶏 じゃが芋と卵のスープ ヨーグルト	米、じゃがいも、○小麦粉、○マーガリン、砂糖、○砂糖、すりごま、ごま油	○牛乳、鶏むね肉、卵、脱脂粉乳、みそ	キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ	しょうゆ、酢、酒、中華味、食塩、しそふりかけ	牛乳 絞りだレクッキー★
20 木	ご飯 ひじきの卵焼き 小松菜と人参のごま和え かぼちゃと厚揚げのみそ汁 ヨーグルト	米、砂糖、すりごま	○牛乳、卵、厚揚げ、脱脂粉乳、みそ、かつお節	○すいか、こまつな、キャベツ、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、ひじき、わかめ	煮干だし汁、しょうゆ、しょうゆ（うすくち）、食塩	牛乳 フルーツ（すいか）
21 金	ご飯 さわらの照り焼き バイクドじゃが（しそふりかけ） なすとほうれん草のみそ汁 ヨーグルト	米、じゃがいも、油、砂糖	○牛乳、さわら、脱脂粉乳、みそ、油揚げ	ほうれんそう、にんじん、なす、たまねぎ	煮干だし汁、みりん、しょうゆ、酒、しょうゆ（うすくち）、食塩、しそふりかけ	牛乳 市販菓子
22 土	五目うどん	ゆでうどん	○牛乳、油揚げ	たまねぎ、にんじん、こまつな、わかめ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ（うすくち）、食塩	牛乳 市販菓子
24 月	ご飯 野菜たっぷり夏マーボー きゅうりとカニカマの酢の物 バナナ	米、砂糖、ごま、片栗粉、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、かにかまぼこ、みそ	バナナ、トマト、きゅうり、キャベツ、なす、ピーマン、にんじん、たまねぎ、○みかん缶、○バイン缶、わかめ、にんにく、しょうが	しょうゆ、酢、酒、中華味、食塩、○ゼリーの素	牛乳 ゼリー（フルーツ入り）
25 火	ご飯（わかめふりかけ） 冷やしうどん 夏野菜のかき揚げ ヨーグルト	ゆでうどん、米、○蒸しパンミックス、砂糖、油、○砂糖、片栗粉、小麦粉	○牛乳、卵、油揚げ、かまぼこ、脱脂粉乳、えび	きゅうり、たまねぎ、○みかん濃縮果汁、なす、ピーマン、にんじん、かぼちゃ	しょうゆ、みりん、しょうゆ（うすくち）、酒、食塩、かつおだし汁、わかめふりかけ	牛乳 みかん蒸しパン
26 水	ご飯 鮭の西京焼き 切干し大根のサラダ ほうれん草としめじのすまし汁 ヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、○砂糖、○油、油、○黒ごま	○牛乳、さけ、脱脂粉乳、ちくわ、白みそ	○かぼちゃ、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、しめじ、切り干しだいこん	かつおだし汁、しょうゆ、酢、みりん、○しょうゆ、食塩、酒	牛乳 大学かぼちゃ（ごま）
27 木	ご飯 高野豆腐の卵とじ おくらときゅうりの梅和え ヨーグルト	米、じゃがいも、○ロールパン、砂糖、○油、○グラニュー糖、○砂糖	○牛乳、卵、鶏肉、脱脂粉乳、高野豆腐、○きな粉、かつお節	きゅうり、たまねぎ、オクラ、にんじん、グリーンピース、うめ干し	しょうゆ（うすくち）、しょうゆ、食塩、煮干だし汁	牛乳 きな粉あげばん
28 金 誕生会	ご飯（しそふりかけ） 鶏のから揚げ マッシュポテト 人参グラッセ コーンクリームスープ ヨーグルト	米、じゃがいも、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、牛乳、バター	クリームコーン缶、にんじん、たまねぎ、きゅうり、にんにく、しょうが	しょうゆ、酒、コンソメ、食塩、しそふりかけ	牛乳 市販菓子
29 土	おにぎり（わかめふりかけ） 具だくさんみそ汁	米、じゃがいも	○牛乳、油揚げ、みそ	たまねぎ、にんじん、こまつな、わかめ	煮干だし汁、わかめふりかけ	牛乳 市販菓子
31 月	ご飯 鶏肉とレバーの胡麻ソースからめ 小松菜とキャベツの昆布和え さつま芋と玉ねぎのみそ汁 バナナ	米、さつまいも、片栗粉、油、ごま、砂糖	○牛乳、レバー、鶏肉、みそ	バナナ、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、こまつな、ねぎ、塩こんぶ、わかめ、しょうが	煮干だし汁、ケチャップ、ソース、しょうゆ、食塩、○プリン粉の素	牛乳 プリン



スプーンを持たせてください

