

# 8月献立予定表



2026.8月 聖隷こども園こうのとり富丘

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。

※栄養価は上段：幼児食、下段：乳児食を表記しています。

| ひつけ<br>日付 | 曜日 | ぎょうじ<br>行事              | こんだてめい<br>献立名                                                                        | おやつ         |                     | エネルギー<br>kcal | たんぱく質<br>g   | 脂質<br>g      | 塩分<br>g    |
|-----------|----|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|---------------|--------------|--------------|------------|
|           |    |                         |                                                                                      | 乳児・午前       | 乳幼児・午後              |               |              |              |            |
| 1         | 土  | ゆうすげ<br>夕涼み会            | パン2種      スープ<br>フルーツ      牛乳                                                        | お茶<br>お菓子   | お茶<br>お菓子           | 401<br>367    | 14.4<br>12.7 | 10.0<br>9.4  | 1.4<br>1.2 |
| 3         | 月  |                         | ごはん      チキンのガーリックマト      南瓜の甘煮<br>みそ汁(青菜・豆腐)      パナナ      お茶                       | お茶<br>クラッカー | お茶<br>きらきらみかんゼリー    | 520<br>428    | 20.8<br>16.8 | 10.8<br>10.5 | 1.2<br>1.1 |
| 4         | 火  |                         | 豆乳パン      サーモンのムニエルレモンソース      ◎ごぼうサラダ<br>オニオンスープ      キウイ      牛乳                   | お茶<br>ビスケット | お茶<br>おにぎり          | 581<br>429    | 24.4<br>18.1 | 20.8<br>16.2 | 1.5<br>1.1 |
| 5         | 水  | 1号登園日                   | ごはん      豚肉の香味焼き      オクラの昆布和え<br>みそ汁(冬瓜・えのき)      バイン缶      お茶                      | お茶<br>チーズ   | 牛乳<br>お好み焼き風ラスク     | 545<br>415    | 21.1<br>17.6 | 15.3<br>14.1 | 1.5<br>1.3 |
| 6         | 木  |                         | 焼きそば      トマト      豆腐とわかめのスープ<br>オレンジ      牛乳                                        | お茶<br>せんべい  | 牛乳<br>フライドポテト       | 496<br>435    | 20.2<br>17.4 | 23.6<br>19.7 | 2.1<br>1.8 |
| 7         | 金  |                         | ハヤシライス      キャベツサラダ      チーズ<br>パナナ      お茶                                          | お茶<br>ヨーグルト | 牛乳<br>すいか・せんべい      | 646<br>515    | 20.3<br>17.3 | 21.8<br>18.2 | 1.9<br>1.5 |
| 8         | 土  |                         | チャーハン      中華スープ      ゼリー<br>フルーツ      牛乳                                            | お茶<br>お菓子   | お茶<br>お菓子           | 535<br>460    | 16.4<br>14.1 | 12.5<br>11.3 | 1.1<br>0.9 |
| 10        | 月  | かきとくべつほいくかん<br>夏季特別保育期間 | わかめごはん      鶏肉の磯辺焼き      トマト<br>みそ汁(冬瓜・油あげ)      メロン      お茶                         | お茶<br>クラッカー | 牛乳<br>ジャムサンド        | 607<br>446    | 22.5<br>16.8 | 18.0<br>14.7 | 1.8<br>1.4 |
| 11        | 火  |                         | 山の日                                                                                  |             |                     | —             | —            | —            | —          |
| 12        | 水  |                         | ごはん      魚の照焼き      ◎筑前煮<br>みそ汁(青菜・玉ねぎ)      パナナ      お茶                             | お茶<br>せんべい  | 牛乳<br>フルーツシャーベット ※1 | 580<br>480    | 23.6<br>19.0 | 16.7<br>13.6 | 1.6<br>1.4 |
| 13        | 木  |                         | ごはん給食      園で米飯を用意します。                                                               | お茶<br>ビスケット | お茶<br>クラッカー         | 279<br>222    | 5.1<br>4.2   | 3.9<br>3.4   | 0.2<br>0.2 |
| 14        | 金  |                         | ごはん給食      園で米飯を用意します。                                                               | お茶<br>クラッカー | お茶<br>せんべい          | 237<br>198    | 4.4<br>3.8   | 0.6<br>2.0   | 0.1<br>0.2 |
| 15        | 土  |                         | ナポリタン      ポテトサラダ<br>フルーツ      牛乳                                                    | お茶<br>お菓子   | お茶<br>お菓子           | 507<br>435    | 17.9<br>15.2 | 17.2<br>14.8 | 0.9<br>0.7 |
| 17        | 月  |                         | ごはん      シュウマイバーグ      春雨和え<br>みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)      パナナ      お茶                        | お茶<br>チーズ   | お茶<br>ヨーグルト・ビスケット   | 611<br>495    | 21.8<br>19.4 | 13.1<br>12.3 | 1.4<br>1.4 |
| 18        | 火  |                         | 食パン      バジルクラッカーチキン      バインサラダ<br>ミネストローネ      オレンジ      牛乳                        | お茶<br>せんべい  | お茶<br>五平餅           | 542<br>421    | 23.2<br>17.5 | 14.6<br>11.7 | 1.3<br>1.1 |
| 19        | 水  | えほん                     | ごはん      煮魚      ねばらねば納豆<br>塩こうじ汁(大根・豆腐)      バイン缶      お茶                           | お茶<br>クラッカー | 牛乳<br>米粉の南瓜カレークッキー  | 624<br>509    | 22.7<br>18.3 | 21.8<br>19.0 | 1.5<br>1.3 |
| 20        | 木  |                         | 冷やし中華      冬瓜のみそそぼろ煮<br>メロン      牛乳                                                  | お茶<br>ヨーグルト | 牛乳<br>ホイップサンド       | 685<br>538    | 27.9<br>23.7 | 22.9<br>18.8 | 2.1<br>1.6 |
| 21        | 金  |                         | セルフ手巻き寿司(たまご・焼肉・甘煮人参、かんぴょう、ツナきゅう)<br>(乳児はちらし寿司・焼肉・ツナきゅう)      けんちん汁      キウイ      お茶 | お茶<br>ビスケット | 牛乳<br>パイナップルパイ      | 618<br>508    | 24.3<br>20.0 | 23.7<br>20.1 | 1.5<br>1.3 |
| 22        | 土  | まつえんが<br>卒園児の集い         | 焼きうどん      みそ汁(豆腐・大根)<br>フルーツ      牛乳                                                | お茶<br>お菓子   | お茶<br>お菓子           | 484<br>433    | 20.3<br>17.4 | 12.9<br>11.7 | 1.5<br>1.3 |
| 24        | 月  |                         | ごはん(手作りふりかけ)      焼き魚      青菜ともやしのナムル<br>みそ汁(南瓜・たまねぎ)      オレンジ      お茶              | お茶<br>クラッカー | 牛乳<br>ふかし芋          | 518<br>426    | 23.7<br>19.1 | 9.1<br>9.1   | 1.1<br>1.0 |
| 25        | 火  |                         | ラトウユサンド      金時煮豆      ◎スティック胡瓜<br>コーンスープ      バイン缶      牛乳                          | お茶<br>チーズ   | お茶<br>きなこおはぎ        | 578<br>446    | 20.2<br>16.8 | 15.8<br>13.5 | 1.6<br>1.3 |
| 26        | 水  | しほく<br>食育(5歳児)<br>1号登園日 | ごはん      お好み焼き風卵焼き      青菜のツナ和え<br>みそ汁(大根・えのき)      キウイ      お茶                      | お茶<br>せんべい  | 牛乳<br>氷ようかん         | 562<br>454    | 20.9<br>17.1 | 14.5<br>12.0 | 1.5<br>1.3 |
| 27        | 木  |                         | 塩ラーメン      南瓜サラダ      トマト<br>パナナ      お茶                                             | お茶<br>ヨーグルト | 牛乳<br>メロンパン         | 549<br>439    | 19.4<br>17.2 | 16.1<br>13.8 | 1.7<br>1.4 |
| 28        | 金  |                         | 夏野菜のドライカレー      ドレッシングサラダ      チーズ<br>メロン      牛乳                                    | お茶<br>ビスケット | 牛乳<br>マカロニきんこ       | 684<br>551    | 27.0<br>21.4 | 27.4<br>22.1 | 1.6<br>1.2 |
| 29        | 土  | まつえんが<br>役員会            | 麻婆丼      みそ汁(もやし・青菜)<br>フルーツ      牛乳                                                 | お茶<br>お菓子   | お茶<br>お菓子           | 538<br>448    | 19.4<br>16.1 | 14.5<br>13.0 | 1.2<br>1.0 |
| 31        | 月  |                         | ごはん      鶏肉の甘酢あん      きり干し大根煮<br>みそ汁(なす・豆腐)      バイン缶      お茶                        | お茶<br>せんべい  | お茶<br>豆乳アイス ※1      | 561<br>461    | 18.4<br>15.0 | 17.5<br>14.4 | 1.3<br>1.1 |

※1 完了食(0・1歳児)のおやつは月齢を考慮し、ゼリーやヨーグルトに変更します。

仕入れの都合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。

## ★今月の絵本献立をご紹介します★

「ねばらねばなっとう ひかりのくに」  
納豆たちの運動会。「静かな湖畔」のメロディーに合わせて展開される歌絵本です。毎年恒例の絵本で年長児には馴染みが深く、一緒に「納豆～♪納豆♪」と歌って盛り上がっています。  
初めて見る子どもたちもミズミズミズミズとコミカルな内容に笑いが絶えません。子どもたちが大好きなおすめの1冊です。メニューの納豆とえは作り方もとっても簡単です。  
お子様と一緒に作ってみるのも楽しそうですね。

～納豆とえの作り方～

①納豆をボールに移し、タレと一緒に混ぜる。②茹でたほうれん草、半月切りにした胡瓜などお好みの野菜を入れて、更に混ぜたら出来上がり♪

★納豆とえに合う具材・・・ほうれん草、人参、胡瓜、オクラ、ニラなど・・・お好みでいろいろ入れても美味しいです。

