

令和8年8月 献立表（幼児食）

橘保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	31日(ごはん)	【ひとこと】 毎日暑い日が続いていますが、子どもたちは真夏の暑さやセミの鳴き声にも負けないくらい、元気いっぱい水遊びを楽しんでいます。しっかりと水分補給や休息をとりながら、たくさん遊び、しっかり食べて、暑い夏を楽しく過ごしましょう♪ 夏バテ防止に役立つ食材として、豚肉があります。多く含まれるビタミンB1は、糖質をエネルギー変換してくれます。ニラや玉ねぎなどに含まれるアリシンはビタミンB1の吸収率をアップさせるので、一緒に食べると効果的です♪ 				1日(パン)
朝の間食	せんべい・牛乳					クッキー・牛乳
昼食	揚げ鶏の香味ソース 高野豆腐の卵とし 春雨サラダ 里芋とわかめの味噌汁 バナナ					きつねうどん 鶏天 しめじとベーコンの炒り卵 ツナサラダ パイ
昼の間食	お好み焼き(手作り) スキムミルク					鉄カルウエハース レーズン・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：474kcal 3歳以上児：426kcal					3歳未満児：554kcal 3歳以上児：453kcal
日	3日(ごはん)	4日(ごはん)	5日(ごはん)	6日(ごはん)	7日(ごはん)	8日(パン)
朝の間食	かりんとう・牛乳	せんべい・牛乳	ビスケット・豆乳	ウエハース・牛乳	クッキー・牛乳	ボーロ・牛乳
昼食	チンジャオロースー チーズ入りオムレツ キャベツとハムのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁 キウイフルーツ	和風スパゲッティ 白身魚の味噌マヨ焼き トマトときゅうりの酢の物 ごぼうと油揚げの味噌汁 黄桃	鶏肉の竜田揚げ 厚揚げとベーコンの チャンプル きゅうりとツナのサラダ 玉ねぎとわかめの味噌汁 プルーン	さばの塩焼き レバニラ炒め マカロニサラダ えのきとキャベツの味噌汁 バナナ	とんかつ 大豆のケチャップ煮 きゅうりとカニかまのサラダ 油揚げのスープ パイ	焼きうどん はんぺんフライ きゅうりと ちりめんの酢の物 ポテトスープ オレンジ
昼の間食	スイートポテト(手作り) スキムミルク	バナナケーキ(手作り) スキムミルク	うす焼せん・パイ ヨーグルト(手作り)	ピザトースト(手作り) スキムミルク	あんこ蒸しパン(手作り) スキムミルク	牛乳かりんとう チーズ・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：508kcal 3歳以上児：439kcal	3歳未満児：510kcal 3歳以上児：441kcal	3歳未満児：476kcal 3歳以上児：400kcal	3歳未満児：514kcal 3歳以上児：448kcal	3歳未満児：512kcal 3歳以上児：442kcal	3歳未満児：496kcal 3歳以上児：432kcal
日	10日(ごはん)	11日	12日(ごはん)	13日(ごはん)	14日(パン)	15日(パン)
朝の間食	クラッカー・牛乳	 山の日	ふかし芋・豆乳	せんべい・牛乳	ボーロ・牛乳	かりんとう・牛乳
昼食	白身魚の天ぷら キャベツの肉味噌炒め ツナときゅうりのサラダ 油揚げとわかめの味噌汁 黄桃		さわらの西京焼き 牛肉と野菜の大和煮 ごぼうとコーンのサラダ コンソメスープ キウイフルーツ	カレーライス チキンカツ 海藻サラダ 中華スープ オレンジ	肉うどん ししゃも焼き かぼちゃとピーマンの味噌炒め 大根とカニかまの酢の物 パイ	ミートソーススパゲッティ じゃが芋とツナの煮物 ブロッコリーと カニかまのサラダ 豆腐スープ プルーン
昼の間食	きな粉黒糖ボーロ(手作り) 飲むヨーグルト(手作り)		レーズンマフィン(手作り) スキムミルク	ミレービスケット レーズン・牛乳	おこめせん チーズ・牛乳	どうぶつビスケット 黄桃・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：496kcal 3歳以上児：419kcal		3歳未満児：518kcal 3歳以上児：420kcal	3歳未満児：492kcal 3歳以上児：429kcal	3歳未満児：461kcal 3歳以上児：402kcal	3歳未満児：542kcal 3歳以上児：472kcal
日	17日(ごはん)	18日(ごはん)	19日(ごはん)	20日	21日(ごはん)	22日(パン)
朝の間食	ウエハース・牛乳	クッキー・牛乳	かりんとう・牛乳	せんべい・豆乳	ボーロ・牛乳	クラッカー・牛乳
昼食	鶏肉のトマトソースかけ 炒り豆腐 ちりめんと玉ねぎの酢の物 なすとしめじの味噌汁 バナナ	白身魚のマヨ焼き にら入り炒り卵 さつま芋サラダ 春雨スープ プルーン	牛肉のごま味噌炒め 野菜のかき揚げ ちくわときゅうりの酢の物 コーンスープ オレンジ	 誕生会	レンコン入りハンバーグ 油揚げと青菜の卵とし スパゲッティサラダ 大根と人参の味噌汁 黄桃	わかめうどん 鶏肉の唐揚げ 大豆の炒り煮 グリーンサラダ パイ
昼の間食	チーズケーキ(手作り) スキムミルク	チョコチップクッキー(手作り) ヨーグルト(手作り)	野菜ブリッツ(手作り) スキムミルク	きな粉ウエハース・チーズ 100%野菜ジュース	じゃこトースト(手作り) 飲むヨーグルト(手作り)	くまサンド キウイフルーツ・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：493kcal 3歳以上児：425kcal	3歳未満児：523kcal 3歳以上児：439kcal	3歳未満児：476kcal 3歳以上児：400kcal		3歳未満児：519kcal 3歳以上児：453kcal	3歳未満児：532kcal 3歳以上児：453kcal
日	24日(ごはん)	25日(ごはん)	26日(ごはん)	27日(ごはん)	28日(ごはん)	29日(パン)
朝の間食	クッキー・牛乳	ビスケット・牛乳	せんべい・豆乳	かりんとう・牛乳	クラッカー・牛乳	ウエハース・牛乳
昼食	鮭のコーンマヨ焼き 筑前煮 白菜のごま和え なめこの味噌汁 黄桃	豚肉のピカタ ジャーマンポテト キャベツとハムのサラダ 豆腐と人参の味噌汁 バナナ	白身魚のフライ 野菜とひき肉のカレー煮 カラーピーマンと ツナのサラダ キャベツと人参の味噌汁 プルーン	チキン南蛮 ひじきと大豆の煮物 ブロッコリーサラダ 白菜としめじの味噌汁 オレンジ	あじの塩焼き 鶏レバーの味噌煮 きゅうりとわかめの酢の物 きのこの味噌汁 パイ	チャンメン 鶏肉の照り焼き 金時豆の煮物 ひじきサラダ キウイフルーツ
昼の間食	マーブルケーキ(手作り) スキムミルク	ロッククッキー(手作り) ヨーグルト(手作り)	かぼちゃサブレ・チーズ スキムミルク	マドレーヌ(手作り) スキムミルク	あんこパイ(手作り) 飲むヨーグルト(手作り)	まあるいクラッカー 黄桃・牛乳
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：512kcal 3歳以上児：444kcal	3歳未満児：499kcal 3歳以上児：427kcal	3歳未満児：503kcal 3歳以上児：432kcal	3歳未満児：534kcal 3歳以上児：471kcal	3歳未満児：505kcal 3歳以上児：423kcal	3歳未満児：523kcal 3歳以上児：413kcal

※ 朝の間食及び主食は、3歳未満児のみです。
※ 献立表には載せていませんが盛り付け時は、グリーン・フ・トマトを添え野菜として使用しています。
※ 食材が業者の都合等で入荷せずメニューが変更になることがあります。
※ 麦茶はお子さまがいつでも飲めるよう各クラスに準備してあります。麦茶用カップは、洗浄・消毒し常に衛生的なものを使用しています。