

令和8年 8月 3歳以上児 献立表（新2.2号用）

認定こども園 元岡幼稚園

日 曜	時間帯	献立	材料名			
			赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	その他
3 月	昼食	ごはん からあげ 牛乳 コーンのサラダ	鶏肉・牛乳	精白米 片栗粉・揚げ油 植物油	生姜 にんにく・きゅうり コーン・キャベツ 人参	濃口しょうゆ 料理酒 食塩・酢・みりん
	午後おやつ	◎レーズンクッキー	鶏卵 バター・脱脂粉乳	薄力粉 三温糖	干しぶどう	
4 火	昼食	ごはん なつやさいのカレーライス 牛乳 フルーツのもりあわせ	鶏肉 牛乳	精白米 植物油 カレールー	にんにく・玉葱 なす・人参・オレンジ ピーマン・かぼちゃ トマト・バナナ	
	午後おやつ	◎きなこクリームパン	牛乳 きな粉	食パン・薄力粉 三温糖		
5 水	昼食	ごはん とうふのあげだんご 牛乳 フレンチサラダ	鶏ひき肉 木綿豆腐・鶏卵 牛乳	精白米・片栗粉 三温糖・パン粉 揚げ油	人参・玉葱 かぼちゃ グリーンピース	濃口しょうゆ みりん・食塩 煮干しだし
	午後おやつ	◎りんごゼリー くるぼう	粉寒天	三温糖・黒柿 りんごジュース		
6 木	昼食	ごはん ウインナーオムレツ 牛乳 はるさめサラダ	鶏卵 ウインナー 鶏ささ身 牛乳	精白米・春雨 じゃがいも 植物油 マヨネーズ 片栗粉・三温糖 ビスケット	玉葱・人参 パセリ きゅうり	食塩 こしょう
	午後おやつ	◎とうふにゅうもち ビスケット	調整豆乳・きな粉			
7 金	昼食	ごはん ピザトースト・リーフレタス 牛乳 ポテトサラダ・オレンジゼリー	豚ひき肉・チーズ ハム 粉寒天 牛乳	食パン・マヨどれ マヨネーズ じゃがいも・三温糖 オレンジジュース クッキー	玉葱・トマト コーン・ピーマン きゅうり・人参 リーフレタス バナナ	トマトケチャップ
	午後おやつ	バナナ クッキー				
10 月	昼食	スパゲッティミートソース 牛乳 ゆでたまご・オレンジサラダ	牛ひき肉 バター 鶏卵 牛乳	スパゲティ麺 植物油 三温糖	にんにく・玉葱 トマト・パセリ みかん缶・キャベツ きゅうり	トマトケチャップ こしょう・食塩 コンソメ・酢
	午後おやつ	◎きつねおにぎり	薄揚げ	精白米 三温糖・ごま		濃口しょうゆ
12 水	昼食	ごはん とりにくのごまがらめ 牛乳 だいずのサラダ	鶏肉 ゆで大豆 牛乳	精白米・片栗粉 揚げ油・ごま 三温糖 植物油	生姜・キャベツ 人参・きゅうり	料理酒・みりん 濃口しょうゆ 食塩・食酢
	午後おやつ	◎ヨーグルトケーキ	牛乳 プレーンヨーグルト	ホットケーキミックス		
17 月	昼食	ごはん からあげ 牛乳 コーンのサラダ	鶏肉・牛乳	精白米 片栗粉・揚げ油 植物油	生姜 にんにく・きゅうり コーン・キャベツ 人参	濃口しょうゆ 料理酒 食塩・酢・みりん
	午後おやつ	◎レーズンクッキー	鶏卵 バター・脱脂粉乳	薄力粉 三温糖	干しぶどう	
18 火	昼食	ごはん なつやさいのカレーライス 牛乳 フルーツのもりあわせ	鶏肉 牛乳	精白米 植物油 カレールー	にんにく・玉葱 なす・人参・オレンジ ピーマン・かぼちゃ トマト・バナナ	
	午後おやつ	◎きなこクリームパン	牛乳 きな粉	食パン・薄力粉 三温糖		
19 水	昼食	ごはん とうふのあげだんご 牛乳 フレンチサラダ	鶏ひき肉 木綿豆腐・鶏卵 牛乳	精白米・片栗粉 三温糖・パン粉 揚げ油	人参・玉葱 かぼちゃ グリーンピース	濃口しょうゆ みりん・食塩 煮干しだし
	午後おやつ	◎りんごゼリー くるぼう	粉寒天	三温糖・黒柿 りんごジュース		
20 木	昼食	ごはん ウインナーオムレツ 牛乳 はるさめサラダ	鶏卵 ウインナー 鶏ささ身 牛乳	精白米・春雨 じゃがいも 植物油 マヨネーズ 片栗粉・三温糖 ビスケット	玉葱・人参 パセリ きゅうり	食塩 こしょう
	午後おやつ	◎とうふにゅうもち ビスケット	調整豆乳・きな粉			
21 金	昼食	ごはん さかなのフライドトマト 牛乳 おいものシャキシャキサラダ	白身魚 鶏卵 ベーコン 牛乳	薄力粉 パン粉・揚げ油 じゃがいも マヨネーズ	トマト パセリ	食塩 トマトケチャップ ウスターソース
	午後おやつ	バナナ せんべい		せんべい	バナナ	
24 月	昼食	スパゲッティミートソース 牛乳 ゆでたまご・オレンジサラダ	牛ひき肉 バター 鶏卵 牛乳	スパゲティ麺 植物油 三温糖	にんにく・玉葱 トマト・パセリ みかん缶・キャベツ きゅうり	トマトケチャップ こしょう・食塩 コンソメ・酢
	午後おやつ	◎きつねおにぎり	薄揚げ	精白米 三温糖・ごま		濃口しょうゆ
25 火	昼食	ごはん ピザトースト・リーフレタス 牛乳 ポテトサラダ・オレンジゼリー	豚ひき肉・チーズ ハム 粉寒天 牛乳	食パン・マヨどれ マヨネーズ じゃがいも・三温糖 オレンジジュース クッキー	玉葱・トマト コーン・ピーマン きゅうり・人参 リーフレタス バナナ	トマトケチャップ
	午後おやつ	バナナ クッキー				
26 水	昼食	ごはん とりにくのごまがらめ 牛乳 だいずのサラダ	鶏肉 ゆで大豆 牛乳	精白米・片栗粉 揚げ油・ごま 三温糖 植物油	生姜・キャベツ 人参・きゅうり	料理酒・みりん 濃口しょうゆ 食塩・食酢
	午後おやつ	◎ヨーグルトケーキ	牛乳 プレーンヨーグルト	ホットケーキミックス		
27 木	昼食	ごはん さかなのこうみやき・さだな 牛乳 きりぼしだいこんの みそマヨネーズサラダ	白身魚 牛乳	精白米・三温糖 ごま油・ごま マヨネーズ	青ねぎ・生姜 にんにく・人参 切干し大根 きゅうり・サラダ菜	みりん・料理酒 濃口しょうゆ 煮干しだし・米みそ
	午後おやつ	◎いもようかん ミニせんべい	粉寒天	さつまいも・三温糖 せんべい		
28 金	昼食	ごはん なつやさいのカレーライス 牛乳 フルーツのもりあわせ	鶏肉 牛乳	精白米 植物油 カレールー	にんにく・玉葱 なす・人参・オレンジ ピーマン・かぼちゃ トマト・バナナ	
	午後おやつ	◎きなこクリームパン	牛乳 きな粉	食パン・薄力粉 三温糖		
31 月	昼食	ごはん からあげ 牛乳 コーンのサラダ	鶏肉・牛乳	精白米 片栗粉・揚げ油 植物油	生姜 にんにく・きゅうり コーン・キャベツ 人参	濃口しょうゆ 料理酒 食塩・酢・みりん
	午後おやつ	◎レーズンクッキー	鶏卵 バター・脱脂粉乳	薄力粉 三温糖	干しぶどう	

【マヨどれ…8大アルゲン不使用のマヨネーズ風ドレッシングです。】
【料理酒やみりんなどはしっかり加熱（煮切り）することにより、アルコール分を飛ばしています。】

※咀嚼は唾液分泌を促し、水分が少ない食べ物でも飲み込みやすくします。しっかりとよく噛んで食べましょう。

※今月の献立の中で、食べたことがない食材については、ご家庭で2回以上食べ、アレルギー反応などの症状が誘発されないことを確認してください。

※材料入荷等の都合により、献立内容を一部変更することがあります。※★は新メニュー、◎は手作りおやつです。

※毎月の給食便りはホームページをご覧ください。また、土曜日の献立表は、該当されるご家庭に別紙にてお知らせします。