

令和8年 8月 給食献立表



社会福祉法人多摩養育園
光明第五保育園

日付	10時おやつ	昼食	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)			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	
1 土	野菜ジュース	ビビンバ、中華スープ、厚揚げの中華炒め グレープフルーツ	米、○強力粉、○バター ○砂糖、ごま油、片栗粉 砂糖、ごま(いり・白)	○牛乳、豚ひき肉、生揚げ 豚肉(もも)	グレープフルーツ、もやし、ほうれんそう にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、 えのきたけ○ブルーベリージャム にら、◎野菜ミックスジュース、しいたけ	牛乳 スコーン
3 月	豆乳 大根スティック	★精進料理の日★ 高野豆腐のじゃじゃ麺、もずくのかきあげ おくら、梅和え、オレンジ	ゆでうどん ○パイシート、小麦粉 油、片栗粉、砂糖	○牛乳、○ウインナー 凍り豆腐、◎調製豆乳	きゅうり、オレンジ、オクラ ムキえだまめ(冷凍)、にんじん もずく、コーン(ホール)、うめ干し ◎だいこん	牛乳 ウインナーロールパイ
4 火	飲むヨーグルト	ごはん、かぶのすまし汁、松風焼き ひじきの炒り煮、キウイフルーツ	米、○ホットケーキ粉 ○白玉粉、パン粉、砂糖 油、ごま(いり・白)、焼ふ	○牛乳、鶏ひき肉、○豆乳 ○ダイスチーズ、大豆(ゆで) 牛乳、さつま揚げ、◎飲むヨーグルト	キウイフルーツ、れんこん、かぶ ○かぼちゃ、ねぎ、しいたけ、にんじん ひじき、さやえんどう、かぶ・葉 干しいたけ	牛乳 かぼちゃのボンデケーキ
5 水	豆乳 人参スティック	照り焼きチキンサンド、コンソメスープ ジャーマンポテト、グレープフルーツ	食パン、じゃがいも マヨドレ、油、せんべい	○パニライス、鶏もも肉 ベーコン、ウインナー、◎調製豆乳	グレープフルーツ、たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり、◎にんじん	★第五の日★ 麦茶 選べるアイス せんべい
6 木	飲むヨーグルト	五穀御飯、大根の味噌汁、白身魚フライ 小松菜のゴマ和え、オレンジ	米、○スパゲティ、小麦粉 パン粉、油、五穀ミックス ○オリーブ油、すりごま(黒) 砂糖	○牛乳、おひょう、○納豆 ◎飲むヨーグルト	オレンジ、こまつな、だいこん 緑豆もやし、なめこ、にんじん ○えのきたけ、○わけぎ、○刻みのり (乾)	牛乳 納豆スパゲティ
7 金	手作り すいかジュース	夏野菜のドライカレー、アスパラスープ ブロッコリーとえびのサラダ、すいか	米、○食パン、○バター ○砂糖、砂糖、油、ごま油 ごま(いり・白)	○牛乳、豚ひき肉、◎調製豆乳 むきえび	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん アスパラガス、キャベツ、赤ピーマン ピーマン、ズッキーニ、コーン、スイカ ○レモン果汁、○レモン、◎きゅうり	牛乳 レモンラスク
8 土	野菜ジュース	冷やし肉うどん、ちくわ磯辺揚げ 白菜のなめ茸和え、バナナ	ゆでうどん、○食パン 油、小麦粉、砂糖	○牛乳、豚肉(もも)、ちくわ ○コンデンスミルク、かまぼこ	バナナ、はくさい、こまつな、にんじん なめたけ、わかめ(乾)、青海苔 ◎野菜ミックスジュース	牛乳 ミルクサンド
10 月	豆乳 大根スティック	☆郷土料理の日☆～群馬県～ わかめご飯、 <u>县汁</u> 、鶏肉のコーンフ레이크揚げ オクラと胡瓜の酢の物、グレープフルーツ	米、○小麦粉、油 パン粉、砂糖、○砂糖 ○オリーブ油	○ジョアブレーン、鶏もも皮なし 木綿豆腐、○豚ひき肉、大豆(ゆで) ○ミックスチーズ、かにかまぼこ 油揚げ、◎調製豆乳	グレープフルーツ、きゅうり、○たまねぎ だいこん、オクラ、にんじん 糸こんにゃく、炊き込みわかめ ◎だいこん	ジョアブレーン ピザまん風蒸しパン
11 火	 山の日 					
12 水	豆乳 人参スティック	八王子ナポリタン、チキンスープ スウィートサラダ、パイナップル	スパゲティ、○米 じゃがいも、さつまいも マヨドレ、油 バター、砂糖、○砂糖	○牛乳、鶏もも肉、○ダイスチーズ ウインナー、ハム、◎調製豆乳	パイナップル、たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり、マッシュルーム コーン(ホール)、◎にんじん	牛乳 チーズ焼きおにぎり
13 木	飲むヨーグルト	☆郷土料理の日☆～群馬県～ <u>ソースカツ丼</u> 、大根の味噌汁、ねばねば和え、梨	米、○小麦粉、パン粉 ○バター、油、小麦粉 ○グラニュー糖、砂糖	○牛乳、豚肉(ヒレ)、挽きわり納豆 ◎飲むヨーグルト	なし、ほうれんそう、キャベツ、だいこん ○バナナ、モロヘイヤ、きゅうり オクラ、まいたけ	牛乳 バナナマフィン
14 金	豆乳 胡瓜スティック	ごはん、白菜の味噌汁、鶏肉のコーンマヨ焼き パスタ入り金平、キウイフルーツ	米、○小麦粉、マヨドレ スパゲティ、砂糖、ごま油	鶏肉、生揚げ、○豚肉(もも) ○油揚げ、さつま揚げ、◎調製豆乳	キウイフルーツ、はくさい、たまねぎ ○だいこん、ごぼう ○にんじん、コーン ○しいたけ、いんげん、◎きゅうり	麦茶 すいとん汁
15 土	野菜ジュース	中華丼、中華スープ もやしと人参のナムル、グレープフルーツ	米、○強力粉、○バター ○砂糖、片栗粉、ごま油 ごま(いり・白)	○牛乳、豚肉(もも)	グレープフルーツ、もやし、はくさい にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、わかめ たけのこ(ゆで)、しいたけ、ヤングコーン ○いちごジャム、◎野菜ジュース、ねぎ	牛乳 スコーン
17 月	豆乳 大根スティック	ジャージャー麺、かぼちゃとベーコンのソテー ゆで枝豆、オレンジ	ゆで中華めん、○米 片栗粉、上白糖、ごま油、油	○牛乳、豚ひき肉、ベーコン ◎調製豆乳	オレンジ、たまねぎ、かぼちゃ、えだまめ きゅうり、にんじん、ねぎ、たけのこ ○ソフトゆかり、◎だいこん	牛乳 ゆかりおにぎり
18 火	かき氷	ごはん、かぶのすまし汁、松風焼き ひじきの炒り煮、キウイフルーツ	米、○ホットケーキ粉 ○白玉粉、パン粉、砂糖 油、ごま(いり・白)、焼ふ	○牛乳、鶏ひき肉、○豆乳 ○ダイスチーズ、大豆(ゆで) 牛乳、さつま揚げ	キウイフルーツ、れんこん、かぶ ○かぼちゃ、ねぎ、しいたけ、にんじん ひじき、さやえんどう、かぶ・葉 干しいたけ	牛乳 かぼちゃのボンデケーキ
19 水	豆乳 人参スティック	照り焼きチキンサンド、コンソメスープ ジャーマンポテト、グレープフルーツ	食パン、じゃがいも ○上白糖、マヨドレ 油	鶏もも肉、○牛乳、○卵 ○ホイップクリーム、○生クリーム ベーコン、ウインナー、◎調製豆乳	グレープフルーツ、たまねぎ キャベツ、にんじん きゅうり、◎にんじん	麦茶 手作りプリン ウエハース
20 木	飲むヨーグルト	五穀御飯、大根の味噌汁、白身魚フライ 小松菜のゴマ和え、オレンジ	米、○スパゲティ、小麦粉 パン粉、油、五穀ミックス ○オリーブ油、すりごま(黒) 砂糖	○牛乳、おひょう、○納豆 ◎飲むヨーグルト	オレンジ、こまつな、だいこん 緑豆もやし、なめこ、にんじん ○えのきたけ、○わけぎ ○刻みのり(乾)	牛乳 納豆スパゲティ
21 金	豆乳 胡瓜スティック	夏野菜のドライカレー、アスパラスープ ブロッコリーとえびのサラダ、すいか	米、○食パン、○バター ○砂糖、砂糖、油、ごま油 ごま(いり・白)	○牛乳、豚ひき肉、◎調製豆乳 むきえび	すいか、たまねぎ、ブロッコリー アスパラガス、キャベツ、赤ピーマン ピーマン、ズッキーニ、コーン、にんじん ○レモン果汁、○レモン、◎きゅうり	牛乳 レモンラスク
22 土	野菜ジュース	冷やしそうめん、豚肉のパーベキューソース グリーンサラダ、バナナ	○食パン、干しそうめん 砂糖、油	○牛乳、豚肉、ハム、○コンデンスミルク	バナナ、きゅうり、キャベツ、りんご たまねぎ、トマト、ほうれんそう アスパラガス、レモン果汁 ◎野菜ミックスジュース	牛乳 ミルクサンド
24 月	豆乳 大根スティック	☆郷土料理の日☆～群馬県～ わかめご飯、 <u>县汁</u> 、鶏肉のコーンフ레이크揚げ オクラと胡瓜の酢の物、グレープフルーツ	米、○小麦粉、油、パン粉 砂糖、○砂糖、○オリーブ油	○ジョアブレーン、鶏もも皮なし 木綿豆腐、○豚ひき肉、大豆(ゆで) ○ミックスチーズ、かにかまぼこ 油揚げ、◎調製豆乳	グレープフルーツ、きゅうり、○たまねぎ だいこん、オクラ、にんじん 糸こんにゃく、炊き込みわかめ ◎だいこん	ジョアブレーン ピザまん風蒸しパン
25 火	飲むヨーグルト	☆お誕生会メニュー☆ おたのしみドックパン、豆乳スープ マーマレード照り焼きチキン、メロン	ロールパン、じゃがいも ○バスケット、マカロニ(シェ ル)	○牛乳、豆乳、鶏もも肉、チーズ ○クレープシート、ウインナー ○ホイップクリーム、◎飲むヨーグルト	メロン、○バナナ、たまねぎ リーフレタス、にんじん、マッシュルーム マーマレード、焼きのり	牛乳 バナナオレオクレープ
26 水	豆乳 人参スティック	八王子ナポリタン、チキンスープ スウィートサラダ、パイナップル	スパゲティ、○米 じゃがいも、さつまいも マヨドレ、油、バター、砂糖 ○砂糖	○牛乳、鶏もも肉、○ダイスチーズ ウインナー、ハム、◎調製豆乳	パイナップル、たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり、マッシュルーム コーン(ホール)、◎にんじん	牛乳 チーズ焼きおにぎり
27 木	飲むヨーグルト	☆郷土料理の日☆～群馬県～ <u>ソースカツ丼</u> 、大根の味噌汁、ねばねば和え、梨	米、○小麦粉、パン粉 ○バター、油、小麦粉 ○グラニュー糖、砂糖	○牛乳、豚肉(ヒレ)、挽きわり納豆 ◎飲むヨーグルト	なし、ほうれんそう、キャベツ、だいこん モロヘイヤ、きゅうり、オクラ まいたけ	牛乳 マフィン
28 金	豆乳 胡瓜スティック	ごはん、白菜の味噌汁、鮭のサラダマヨ焼き パスタ入り金平、キウイフルーツ	米、○小麦粉、マヨドレ スパゲティ、砂糖、ごま油	さけ、生揚げ、○豚肉(もも) ○油揚げ、さつま揚げ、◎調製豆乳	キウイフルーツ、はくさい、にんじん ○だいこん、キャベツ、ごぼう ○にんじん、コーン(ホール) ○しいたけ、いんげん、◎きゅうり	麦茶 すいとん汁
29 土	野菜ジュース	五目混ぜご飯、白菜のすまし汁 鶏肉の味噌焼き、ほうれん草とエノキのお浸し バナナ	七分つき米、○小麦粉 ○砂糖、○なたね油 ごま(いり・白)、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、豆腐	バナナ、はくさい、ほうれんそう えのきたけ、にんじん、緑豆もやし ○にんじん、ごぼう、まいたけ、いんげん ◎野菜ミックスジュース	牛乳 キャラットケーキ
31 月	豆乳 大根スティック	バリバリ春巻き丼、わかめスープ きゅうりの中華和え、梨	米、○食パン、春巻きの皮 ○マヨドレ、油、片栗粉 はるさめ、砂糖、ごま油 ごま(いり・白)	○牛乳、豚ひき肉、○とろけるチーズ ○しらす干し、◎調製豆乳	なし、トマト、きゅうり、緑豆もやし、にら コーン、キャベツ、にんじん、ねぎ たけのこ(ゆで)、しいたけ、◎だいこん ○刻みのり(乾)、カットわかめ	牛乳 じゃこトースト



☆ 一日あたりの平均給与量 ☆

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
3歳以上児	535kcal	21.4g	16.6g	241mg	2.1mg	210 μg	0.21mg	0.34mg	17mg
3歳未満児	463kcal	18.5g	14.4g	213mg	2.0mg	188 μg	0.20mg	0.28mg	18mg

- ・仕入等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。
- ・第五の日の選べるアイスは、パナッパか、ガリガリ君のどちらかを選びます。

☆ 今月の行事食 ☆

- 3日：精進料理の日
- 5日：第五の日
- 25日：誕生会メニュー

郷土料理～群馬県～

