

令和8年 8月

給食予定献立表

伊勢田こども園

日	曜	献立名	使用材料				おやつ	栄養価		
			赤 血や肉になるもの	青 体の調子を整えるもの	黄 力や体温となるもの	その他 調味料		乳児／幼児		
1	土	ラーメン 中華漬け	豚肉	もやし、人参、えのき茸、葱 きゅうり	中華めん、胡麻油 胡麻、三温糖	鶏がらスープ、薄口醤油、 塩こしょう 酢、こいくち醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	281 kcal 13.5 g 6.9 g	239 kcal 11.4 g 3.6 g
3	月	ご飯 かじきのお好み焼き味 夏野菜のサラダ 麩と若布の味噌汁	めかじき、青のり、糸鰹 鰹節	 きゅうり、トマト 若布	米 胡麻 コーン、なたね油 三温糖 麩	マヨネーズ 中濃ソース こいくち醤油、酢、 塩こしょう 味噌	牛乳、りんご、 サクサクスナック（さつまいも味）	エネルギー たんぱく質 脂質	479 kcal 21.4 g 14.8 g	502 kcal 21.6 g 13.8 g
4	火	ご飯 豚肉の味噌炒め 磯和え 若布とえのきのすまし汁	豚肉 鰹節	葱 白菜、人参 若布、えのき茸	米 なたね油	味噌、みりん、こいくち醤油 こいくち醤油、刻みのり 薄口醤油、塩	牛乳、(手)カルビスゼリー	エネルギー たんぱく質 脂質	436 kcal 24.3 g 11.8 g	446 kcal 24 g 10.2 g
5	水	ご飯 すき焼き風煮 ほうれんそうの胡麻和え	牛肉、焼き豆腐	葱、玉葱、白菜 ほうれん草、人参	米 つきこん、麩、なたね油、 三温糖 すり胡麻	こいくち醤油 こいくち醤油	牛乳、すいか、 ミニのりのりあげもち	エネルギー たんぱく質 脂質	473 kcal 20.5 g 13.5 g	495 kcal 20.7 g 12.2 g
6	木	枝豆とコーンのご飯 ボークチャップ ハムサラダ スープ	豚ロース ハム	枝豆 玉葱 トマト缶詰(カット) キャベツ、きゅうり オクラ	米、コーン 三温糖、なたね油	塩 トマトケチャップ、 中濃ソース 薄口醤油 鶏がらスープ	牛乳、(手)アナナスケーキ	エネルギー たんぱく質 脂質	605 kcal 24.5 g 23.1 g	624 kcal 24.9 g 23 g
7	金	夏野菜のカレーライス もやしのサラダ	鶏肉	玉葱、なす、人参、かぼちゃ、 さやいんげん もやし、きゅうり	米、なたね油	カレールウ（バーモンド） カレールウ（カレーの王子さま） マヨネーズ こいくち醤油	牛乳、(手)セサミクッキー	エネルギー たんぱく質 脂質	572 kcal 16.4 g 19 g	607 kcal 16.2 g 18.3 g
8	土	若布ご飯 具だくさん豚汁	豚肉、鰹節	若布 大根、人参、玉葱、葱	米 さつま芋	味噌、みりん、薄口醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	338 kcal 13.6 g 6.5 g	321 kcal 11.8 g 3 g
10	月	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
12	水	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
13	木	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
14	金	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
15	土	お弁当日です。					菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	0 kcal 0 g 0 g	0 kcal 0 g 0 g
17	月	肉うどん ひじきごはん	牛肉、鰹節 油揚げ	人参、白菜、葱 玉葱 干ひじき、人参	うどん、三温糖 米、つきこん、三温糖	薄口醤油 こいくち醤油、みりん	牛乳、とうもろこし、 ねじりん棒	エネルギー たんぱく質 脂質	587 kcal 25.4 g 13.6 g	604 kcal 26.1 g 12.7 g
18	火	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き なすのカレー炒め ほうれん草のスープ	鶏肉 ツナ	 なす、玉葱、パセリ ほうれん草	米 マーマレード なたね油 三温糖	薄口醤油、酒 こいくち醤油 カレー粉 鶏がらスープ	牛乳、りんご、 ひこうきビスケット	エネルギー たんぱく質 脂質	479 kcal 20.1 g 17.7 g	500 kcal 20.3 g 16.9 g
19	水	スタミナ納豆丼 切り干し大根のサラダ	鶏ミンチ、納豆 ツナ	しょうが、にんにく、葱 切り干し大根、きゅうり	米、胡麻油、三温糖 すり胡麻	酒、こいくち醤油 味噌、塩こしょう マヨネーズ	牛乳、(手)フライドポテト (手)焼きじゃが芋（完了期）	エネルギー たんぱく質 脂質	541 kcal 23.2 g 21.4 g	553 kcal 23.4 g 20.9 g
20	木	ご飯 白身魚の甘酢あんかけ 白身魚の蒸し焼き甘酢あんかけ（完了期） キャベツと油揚げのお浸し 大根の味噌汁	メルルーサ 油揚げ、糸鰹 鰹節	しょうが キャベツ、人参 大根、葱	米 片栗粉 なたね油、三温糖、	酢、こいくち醤油 こいくち醤油 味噌	チーズ、ほしのおせんべい	エネルギー たんぱく質 脂質	482 kcal 23.1 g 17.8 g	477 kcal 22.3 g 15.5 g

		平均栄養価	目標栄養価
乳児	エネルギー	512 kcal	550kcal
	たんぱく質	21.3 g	20.0g
	脂質	16.2 g	12～18g
幼児	エネルギー	532 kcal	580kcal
	たんぱく質	21.4 g	22.4g
	脂質	15.1 g	14～20g

※ 平均栄養価には土曜日の栄養価は含まれていません。

- ※ 子どもたちがより楽しく食べられるように献立内容を変更しています。
- ※ 子どもたちに話を聞いたり、献立内容にご意見があればまたお聞かせください。
- ※ 都合により、献立・食材を変更する場合があります。
- ※ 栄養価は、昼食と3時のおやつ合計です。（乳児は10時の牛乳が含まれているため、乳児栄養価が幼児栄養価を上回る場合があります）
- ※ 土曜日の栄養価には3時のおやつは含まれていません。
- ※ 平均栄養価には土曜日の栄養価は含まれていません。
- ※ 土曜日のおやつはお楽しみ菓子です。
- ※ 完了期は揚げ物を焼き物に変更しています。
- ※ マヨネーズ・ちくわは卵を使っていないものを使用しています。
- ※ ふじ組が育てた夏野菜を給食に出す場合があります。

日 曜	献 立 名	使 用 材 料				おやつ	栄養価		
		赤 血や肉になるもの	青 体の調子を整えるもの	黄 力や体温となるもの	その他 調味料		乳児／幼児		
21 金	ご飯 チンジャオロース 大根サラダ(ポン酢) しめじと玉葱のスープ	牛肉	竹の子、ピーマン、 赤ピーマン 大根、きゅうり、若布 しめじ、玉葱	米 なたね油	薄口醤油、赤味噌、みりん ぽん酢しょうゆ 鶏がらスープ	牛乳、(手)コーンパン	エネルギー たんぱく質 脂質	529 kcal 21.2 g 13.3 g	561 kcal 21.6 g 12.4 g
22 土	ラーメン 中華漬け	豚肉	もやし、人参、えのき茸、葱 きゅうり	中華めん、胡麻油 胡麻、三温糖	鶏がらスープ、薄口醤油、 塩こしょう 酢、こいくち醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	281 kcal 13.5 g 6.9 g	239 kcal 11.4 g 3.6 g
24 月	ご飯 鶏肉の焼き唐揚げ 貝だくさんワントンスープ	鶏肉 木綿豆腐	しょうが レタス、えのき茸 人参	米 片栗粉、なたね油 米粉 ワントンの皮	こいくち醤油、酒 鶏がらスープ、薄口醤油	ヨーグルト、 ミニわかめちゃん	エネルギー たんぱく質 脂質	476 kcal 19.6 g 17.5 g	476 kcal 19 g 15.9 g
25 火	ご飯 かじきのお好み焼き味 夏野菜のサラダ 麩と若布の味噌汁	めかじき、青のり、糸鰹 鰹節	 きゅうり、トマト 若布	米 胡麻 コーン、なたね油 三温糖 麩	マヨネーズ 中濃ソース こいくち醤油、酢、 塩こしょう 味噌	牛乳、(手)ずんだ蒸しパン	エネルギー たんぱく質 脂質	566 kcal 25 g 17.7 g	599 kcal 25.6 g 17 g
26 水	夏野菜のカレーライス もやしのサラダ	鶏肉	玉葱、かぼちゃ、なす、人参、 さやいんげん もやし、きゅうり	米、なたね油	カレールウ（バーモンド） カレールウ（カレーの王子さま） こいくち醤油、 マヨネーズ	牛乳、オレンジ、 お豆腐屋さんのビスケット	エネルギー たんぱく質 脂質	516 kcal 16.3 g 17.7 g	546 kcal 16.3 g 17 g
27 木	ご飯 すき焼き風煮 ほうれんそうの胡麻和え	牛肉、焼き豆腐	葱、玉葱、白菜 ほうれん草、人参	米 つきこん、麩、なたね油、 三温糖 すり胡麻	こいくち醤油 こいくち醤油	牛乳、バナナ、 うさぎのしっぽ	エネルギー たんぱく質 脂質	482 kcal 20.5 g 13.5 g	510 kcal 20.8 g 12.2 g
28 金	麦ロール 大豆のミートソース煮 レモン酢和え	大豆、牛ミンチ	人参、玉葱 きゅうり、キャベツ、レモン汁	ロールパン じゃが芋、三温糖、なたね油 三温糖、なたね油	鶏がらスープ、 トマトケチャップ こいくち醤油	(手)ココアいろいろ	エネルギー たんぱく質 脂質	431 kcal 15.4 g 13.9 g	462 kcal 15 g 12.6 g
29 土	若布ご飯 貝だくさん豚汁	豚肉、鰹節	若布 大根、人参、玉葱、葱	米 さつま芋	味噌、みりん、薄口醤油	菓子	エネルギー たんぱく質 脂質	338 kcal 13.6 g 6.5 g	321 kcal 11.8 g 3 g
31 月	肉うどん ひじきごはん	牛肉、鰹節 油揚げ	人参、白菜、玉葱、葱 干ひじき、人参	うどん、三温糖 米、つきこん、三温糖	薄口醤油 こいくち醤油、みりん	牛乳、りんご、 くるくるスナック	エネルギー たんぱく質 脂質	544 kcal 24.2 g 10.9 g	556 kcal 24.7 g 9.6 g

手作りおやつ



4日 カルピスゼリー
カルピス 水
寒天 みかん缶

19日 フライドポテト
じゃが芋 なたね油
塩 小麦粉

28日 ココアいろいろ
小麦粉 白玉粉
三温糖 ココア
水

6日 アナナスケーキ
ホットケーキミックス
豆乳 なたね油
パイナップル(缶)
豆乳生クリーム 三温糖



21日 コーンパン
ホットケーキミックス
豆乳 コーン
マヨネーズ 塩

7日 セサミクッキー
小麦粉 片栗粉
三温糖 なたね油
水 B.P
胡麻 すり胡麻



25日 ずんだ蒸しパン
ホットケーキミックス
豆乳 なたね油
枝豆 三温糖

